



Centrum Aktywności Seniorów Pracownia Kulturalna

adres - Ul. Bagrowa 80/43

kontakt – tel. 784 545 453

e-mail biuro@pracowniakulturalna.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

| | |
|--------------|----------------------------|
| poniedziałek | 10:00-13:00 17:00-18:00 |
| wtorek | 08:00-10:00 13:00-15:00 |
| środa | 10:00-14:00 |
| czwartek | 11:00-15:00 |
| piątek | 15:00-19:00 |

OBOWIĄZUJE OD 23.06.2021

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec2021

miesiąc

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|-------------|--|---|
| poniedziałek | 09:00-10:00 | Wykłady edukacyjne on-line | https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/ Terapie manualne antystresowe, gimnastyka twarzy <i>co dwa tygodnie</i> 7.06, 14.06, |
| | 11:00-13:00 | Fotografia Teoria Fotografia Praktyka | 21.06 Zalew Bagry, zbiórka ul. Bagrowa 80/43 28.06 Park Jordana, zbiórka kawiarnia Jordanówka wejście od strony Krakowskich Błón Prowadzi Historyk Sztuki- zajęcia o charakterze <i>integrującym i</i> <i>artystycznym</i> Obowiązują zapisy. |

| | | | |
|----------|-------------|---|--|
| wtorek | 12:30-13:30 | Gimnastyka dla seniora | Gimnastyka w plenerze - Zalew Bagry, zbiórka Zbiórka ul. Bagrowa 80/43 pod Pracownią Kulturalną, w razie niepogody sala |
| | 18:00-19:00 | Joga śmiechu on-line | https://meet.google.com/qjb-vfiuu-dfu Joga śmiechu – ćwiczenia co dwa tygodnie- meet 1.06, 15.06,29.06 |
| | 18:00-19:00 | Joga on-line | Joga z gimnastyką - Obowiązują zapisy. Zbiórka ul. Bagrowa 80/43. Tylko 22.06.2021 |
| środa | 09:00-10:00 | Warsztaty angielski dla początkujących | Angielski z lektorem https://meet.google.com/qjb-vfiuu-dfu |
| | 11:00-13:00 | Miejsca Mocy XXL | Spacer edukacyjny z przewodnikiem – w plenerze Miejsca zbiórek podane zostaną później |
| czwartek | 13:00-14:00 | Joga / gimnastyka relaksacyjna w plenerze | Zbiórka pod Pracownią. Zajęcia w plenerze- Zalew Bagry w razie niepogody sala, bez Bożego Ciała |
| | 16:00-17:00 | Zajęcia informatyczne | Zajęcia on-line prowadzone są na grupie https://www.facebook.com/groups/PracowniaKulturalnaCAS/ + meet https://meet.google.com/dzb-ijuy-fjb bez Bożego Ciała i 17.06.2021 |
| piątek | 09:00-10:00 | Nordicwalking | Nordicwalking z gimnastyką - Obowiązują zapisy. Zbiórka ul. Bagrowa 80/43 |
| | 18:00-19:00 | Taniec Użytkowy | Obowiązują zapisy, zajęcia w Sali lub w plenerze |

Zajęcia dodatkowe w *czerwiec* 2021: *miesiąc*

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|------------------------|---------------------------------------|---|--|
| 10.06.2021 czwartek | 09:00-10:00 | Historia/Historia sztuki | Spacer edukacyjny z przewodnikiem, Huta |
| 10.06.2021 czwartek | 15:00-16:30 | Wiedza obywatelska- spotkanie ze strażą miejską on-line | Link zostanie wysłany do zapisanych osób |
| 11.06.2021 piątek | 11:00-12:30 | Dojrzały do sztuki on-line | Współpraca z MCK |
| 15.06.2021 wtorek | 10:00-11:00 15:00-16:00 | Historia/Historia sztuki | Spacer edukacyjny z przewodnikiem zbiórka 10:00 Nowa Huta plac Centralny przy Kwaciarni |
| 17.06.2021 Czwartek | 12:00-20:00 | Hucisko – wyjazd, Kantor koncert | Zbiórka godz. 11:50 przystanek Bieżanowska, Kierunek Wieliczka |

| | | | |
|----------------------------|-------------|--|---|
| 22.06.2021 wtorek | 15:00-16:00 | Historia/Historia sztuki | Spacer edukacyjny z przewodnikiem Krużganki Dominikańskie |
| 24.06.2021 | 19-21;00 | Truskawkowa Pełnia Księżycy razem z Pozytywką | Truskawkowa Pełnia. Koncert Gongów w Ogrodzie Społecznym KOS będzie także Słowiańska gimnastyka 24 czerwca- czwartek godz. 19.00 Miejsce: KOS ul. Krzemionki 32 na wprost przedszkola 92, obok Telewizji Kraków - Podgórze Zapisy https://www.facebook.com/events/883466822514650/ |
| 28.06.2021 poniedziałek | 12:00-13:30 | Dekady ze sztuką on-line - Andreas Feininger i kompozycja miasta | Współpraca z MCK Wykład nawiązujący do wystawy Andreas Feininger. Nowy Jork, lata czterdzieste |
| 29.06.2021 wtorek | 15:00-16:00 | Historia/Historia sztuki | Spacer edukacyjny z przewodnikiem- Centrum |
| 29.06.2021 wtorek | 8:00-19:00 | Szczyrzyce- Stryszawa- wycieczka autokarowa | Zapisy u Miłki lub u Róży |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.