



## Centrum Aktywności Seniorów Pracownia Kulturalna

adres - Ul. Bagrowa 80/43

kontakt – tel. 784 545 453

e-mail [biuro@pracowniakulturalna.pl](mailto:biuro@pracowniakulturalna.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00-20:00
wtorek	08:00-13:00
środa	08:00-11:00 13:00-14:00
czwartek	11:00-15:00
piątek	10:00-14:00

### OBOWIĄZUJE OD 10.01.2021

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2022

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	17:00-18:00	Taniec użytkowy	Obowiązują zapisy Zajęcia w plenerze lub na Sali ul. Bagrowa 80/43
wtorek	08:00-10:00	Kącik porad – sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
	10:00-11:00	Historia ze sztuką – gr. początkująca	Spotkania z przewodnikami
	11:00-12:00	Historia ze sztuką - gr. zaawansowana	Spotkania z przewodnikami
środa	09:00-10:00	Język angielski dla początkujących on-line	Angielski z lektorem <a href="https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-">https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-</a>
	12:00-13:00	Nordicwalking z gimnastyką	Zmienne miejsca zbiórek

czwartek	10:00-11:00	Małopolska w plenerze	Spotkanie w plenerze z przewodnikiem spotkania w terenie górzysto-spacerowym. Obowiązkowo dobre buty, plecak, herbatka bez 06.01
	11:00-12:00	Kraków w obiektywie	Spotkanie w plenerze z fotografem Informacja i zapisy w CAS, bez 06.01
	13:30-14:30	Joga	Joga z gimnastyką bez 06.01
	14:30 -15:30	Warsztaty plastyczne /rękodzielnicze	Rękodzieło/glina/decupage bez 06.01
piątek	11:45-12:45	Pilates	Pilates/pilates dna miednicy Zapisy: 784 545 453, biuro@pracowniakulturalna.pl

### Zajęcia dodatkowe w *Styczeń 2022:* *miesiąc*

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
7.01.2022 piątek	19:30	Teatr Stary- wyjście biletowane	Nowa Scena ul. Jagiellońska 1 Artefakty Miry Mańki zabawnie opowiadający o patriotycznej, kolekcjonerskiej manii księżnej Izabeli.
8.01.2022 sobota	19:30		
9.01.2022 niedziela	18:00		
19.01.2022	09:00-10:00	Szydełkowanie Międzypokoleniowe	Materiały na miejscu, warto zabrać wnuki, dzieci
10.01.2021	10-12:00	Synagoga + cmentarz żydowski	Zapisy u Miłki