

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

telefon: 722-102 173

e-mail: lokomotywa@gmail.com

facebook: fundacjalokomotywa

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	8:00 -11:00, 16:30- 18:00
Wtorek	9:00 -14:00
Środa	8:00 -12:00
czwartek	12:00 -17:00
Piątek	8:00 – 12:00

CAS prowadzi część zajęć w plenerze, w CAS, część zajęć on-line, dostępne na przeglądarce ZOOM:

Poniżej stałe linki do zajęć:

Nowe technologie, cyfrowe SOS,

<https://us02web.zoom.us/j/2575287264?pwd=QWFWRERLVEMvaDJJemw5U1ppTEQrZz09>

gimnastyka,

<https://zoom.us/j/4261684737?pwd=bHg2czUya3FpR2NIS0RETdDNeW5tdz09>

angielski, hiszpański

<https://us04web.zoom.us/j/77165615718?pwd=K2xMYzkyTDN1MEp5VThqMzV5KzZRZz0>

OBOWIĄZUJE OD 11 lutego 2022

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Luty 2022

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 14,21,28	17:00 -17:45	Zumba zajęcia taneczne	CAS – korytarz szkolny
Poniedziałek	9:00 -9:45	Gimnastyka	ZOOM

Poniedziałek	8:00 -8:45	Nordic walking	Plener
Poniedziałek	10:00-11:30	Język angielski Poziom średni	Zajęcia on-line ZOOM
Wtorek	10:00 -10:45	Gimnastyka	CAS
Wtorek	12:30 -14:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS
Wtorek	11:30 -12:30	Dyżur	Wolontariat
Środa	10:00 -11:30	Język angielski Podstawowy	Zajęcia on-line ZOOM
Środa	11:30-12:30	Język hiszpański	
Środa	8:00 – 8:45	Nordic walking	Plener
Środa 23	10:30-14:30	Wędrówki piesze z biegiem Bibiczanki ścieżka edukacyjna	10:30 zbiórka Pl. Centralny koło apteki Ziko
Czwartek	12:45 -14:15	Nowe technologie	Zajęcia on-line na ZOOM Robert Tel.506 830
Czwartek	14:15-15:15	Cyfrowe SOS	ZOOM
Czwartek	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS – korytarz szkolny
Czwartek	17:00 -17:45	Czas seniora- gry planszowe, rozmowy,	CAS

Piątek	10:00 – 11:30	Nowe technologie gr Zaawansowana	Zajęcia on line ZOOM
	11:30 -12:30	Grupa początkująca	Robert 506 830 649 ZAPISY
Piątek 4,18,25	17:00 -17:45	Pilates	CAS
Piątek 11	9:00 -10:00	gimnastyka	ZOOM

Zajęcia dodatkowe LUTY 2022

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota 19,26	13:30 -14:15	Basen	Handlowe 4 Na liście osoby, które podpisały nową deklarację

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy