



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: [cas1bronowice@gmail.com](mailto:cas1bronowice@gmail.com)

### Kawiarenka czynna

<b>poniedziałek</b>	<b>11.00 -15.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>środa</b>	<b>11.00-15.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>piątek</b>	<b>11.00 – 15.00</b>

**Obowiązuje od 17.06.2022**

### Harmonogram zajęć stałych –

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	9.00 -9.45	Gimnastyka ogólnousprawniająca	6,13,20,27.VI <b>Zajęcia na platformie ZOOM</b>
	12.00 – 12.45	Aqua aerobik	6,13,20,27.VI Basen ul. Ludwinowska 11
	15.30 – 17.00	Taniec w kręgu	6,13,20,27.VI <b>Zajęcia na platformie ZOOM</b>
	19.00 -19.45	Joga twarzy	6,13,20,27.VI <b>Zajęcia na platformie ZOOM</b>
<b>wtorek</b>	10.00 -11.30	Nordic walking	7,14,21,28.VI Zbiórka przed wejście do siedziby CAS

	18.00 – 18.45	Trening pamięci	7,14,21,28.VI Zajęcia na platformie ZOOM
<b>Środa</b>	10.00 – 11.00	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	<b>22,29.VI</b> <b>Zajęcia w siedzibie CAS</b>
	11.30 – 13.30	Tkanina artystyczna	1,22,29.VI Zajęcia w siedzibie CAS
	11.30 – 13.30	Malarstwo	8,,VI Zajęcia na platformie ZOOM
	10.00 – 12.00		15.VI Zajęcia na platformie ZOOM
	13.00 – 15.00	Rękodzieło z elementami florystyki	15.VI Zajęcia w siedzibie CAS <b>ZAJĘCIA ODWOŁANE</b>
<b>czwartek</b>	9.00 -10.00	Kurs języka angielskiego Grupa podstawowa	2,23,30.VI Zajęcia na platformie ZOOM
	10.00-11.000	Grupa zaawansowana	<b>9.VI</b> <b>Wszystkie grupy zaczynają zajęcia o pół godziny wcześniej</b>
	11.00 – 12.00	Grupa średnio zaawansowana	
	16.15 – 17.00	Pilates	2,23,30.VI Zajęcia na platformie ZOOM 9.VI Zajęcia odwołane
	19.00 -19.45	Joga twarzy	2,9,23,30.VI Zajęcia na platformie ZOOM

<b>Piątek</b>	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	10.VI Zajęcia w siedzibie CAS 3,24.VI  <b>Zajęcia na platformie ZOOM</b> 17.VI <b>ZAJĘCIA ODWOŁANE</b>
	13.15 – 15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	3,24.VI  Zajęcia w siedzibie CAS  10,17.VI <b>ZAJĘCIA ODWOŁANE</b>

### Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2022

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 13,27.VI	11.00 -12.30	Spotkanie integracyjne „Kawusia u Marysi”	Zajęcia w siedzibie CAS <b>ZAJĘCIA ODWOŁANE</b>
Wtorek 7.06	9.00 – 19.00	WYCIECZKA DO NOWEGO WIŚNICZA, KORYZNÓWKI ,LIPNICY MUROWANEJ	Zapisy u koordynatora
Wtorek 7,14,21,28.06	10.00 – 14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz w siedzibie CAS
Wtorek 28.06	9.00 -19.00	WYCIECZKA DO KIELC	W programie zwiedzanie GEONATURA, zwiedzanie Muzeum Zabawek Zapisy u koordynatora

Środa 1,8,22.06	17.00 -19.00	Zajęcia „jak być asertywnym”	Spotkanie w siedzibie CAS
Środa 1,8,15,22,29.06	8.45 – 9.45	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz <b>Spotkanie na platformie ZOOM</b>
Czwartek 2,9,23,30.06	10.00 -14.00	Bridż	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS
Piątek 15.06	19.30	KONCERT Fabio Biondi	ICE
Piątek 24.06	11.00	Zwiedzanie wystawy „Romantyczny Malczewski”	Zapisy u koordynatora Koszt biletu 15.00 zł od osoby
Niedziela 26.06	19.00	TEATR WSPÓŁCZESNY Spektakl pt „Seks po krakowsku”	Zapisy u koordynatora Koszt biletu 50 .00zł od osoby

**Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.**