



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. 605 261 515

e-mail: cas1bronowice@gmail.com

Kawiarenka czynna

poniedziałek	9.00 -13.00
wtorek	10.00 -14.00
środa	9.00 -13.00
czwartek	9.00 -13.00
piątek	11.00 -15.00

Obowiązuje od 2 STYCZEŃ 2024

Harmonogram zajęć stałych STYCZEŃ

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11.45 – 12.30	Aqua aerobik	8,15,22,29.I Basen ul. Ludwinowska 11
	16.15-17.45	Taniec w kręgu	8,15,22,29.I Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 b

środa	11.00 -11.45	Pilates	3,10,17,24,31.I Sala gimnastyczna Ul. Ludwinowska 11
	9.30 – 10.30	Kurs języka niemieckiego Poziom podstawowy	3,10,17,24,31.I Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 -12.30	Nordic walking	3,10,17,24,31.I Zbiórka przed siedzibą CAS
	15.00 -16.30	Trening umysłu	10,24.I Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 -13.00	Tkanina artystyczna	3,17.I Zajęcia w siedzibie CAS
czwartek	9.00 -10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00	Kurs języka angielskiego Grupa III Grupa II Grupa I	4,11,18,25.I Zajęcia w siedzibie CAS
	16.30 -17.15	Gimnastyka	4,11,18,25.I

	12.30 -14.30	malarstwo	18,25.I
piątek	9.00 – 11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	5,12,19,26.I Zajęcia w siedzibie CAS
	13.15 – 15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	5,12,19,26.I Zajęcia w siedzibie CAS

Zajęcia dodatkowe – 2 STYCZNIA 2024

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 8,15,22,29.I	10.00 – 11.00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz. Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
Poniedziałek 8,15,22,29.I	11.00 -13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS
Poniedziałek	13.15 -14.15	Ćwiczenia umysłu	Zajęcia prowadzi słuchaczka Szkoły Policealnej PASCAL z wydziału terapia zajęciowa
Wtorek	10.00 -14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS

Wtorek 9.I	14.00	Muzeum Czartoryskich Klasztor Zwiedzanie z przewodnikiem	Zapisy u koordynatora
---------------	-------	--	-----------------------