

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 722 102 173

WathsApp: 722 102 173

e-mail: mscasy@poczta.fm

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	10:00 -14:00,15:00 -16:30
Wtorek	11:30- 13:00, 14:30 – 18:30
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	8:30- 12:30
Piątek	12:30 -16:30

OBOWIAZUJE OD 16 STYCZNIA 2025

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH 2025

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	12:00 -13:00	Nowe technologie poziom zaawansowany	CAS
	13:00- 14:00	Poziom podstawowy	
Poniedziałek	10:30 -11:30	Szycie, haft	CAS
Poniedziałek	15:30-16:15	Zumba	CAS
	17:00-17:45		20,27
Wtorek	12:00 -13:00	Cyfrowe SOS	CAS
Wtorek 28	9:00 -12:00	Dyżur, sprzątanie	CAS wolontariat
Wtorek	15:00 -15:45	Gimnastyka I gr	CAS
	15:45 – 16:30	Gimnastyka II gr	

Wtorek	17:00 – 18:30	Warsztaty wokalne, chór	CAS
Środa	9:00-11:00	Nowe technologie Smartfony	CAS
Środa	12:00-13:30	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS
Środa 29	16:00 -20:00	Potańcówka	CAS wolontariat
Czwartek	11:30-13:00	Kawiarenka Seniora – gry planszowe, karty	CAS
Czwartek	9:45 -10:30 10:30- 11:15	Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr	CAS 16.01 zajęcia odwołane
Piątek 17	9:00 -9:45 9:45- 10:30	Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr	
Piątek 24	9:00 -11:00	Poznaj świat - Armenia	CAS
Piątek	11:30-12:30 12:30-13:30 13:30 -14:30 11:30-13:30 13:30-14:30 14:30-15:30	j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski	CAS 24,31

Zajęcia dodatkowe Styczeń 2025

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Niedziela 26.01	10:30- 11:30	Koncert kolęd chóru Harfa	Hospicjum św. Łazarza

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy