



## **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>9.00 -13.00</b> |
| <b>wtorek</b>       | <b>9.00 -13.00</b> |
| <b>środa</b>        | <b>9.00 -13.00</b> |
| <b>czwartek</b>     | <b>9.00 -13.00</b> |
| <b>piątek</b>       | <b>9.00 -13.00</b> |

**Obowiązuje od 27.01.2025**

### **Harmonogram zajęć stałych w STYCZNIU**

| dzień               | godzina                        | rodzaj zajęć   | uwagi                                                                |
|---------------------|--------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek</b> | 9.45 – 10.30                   | Aqua aerobik   | 13,20,27.01<br>Basen przy<br>ul. Ludwinowskiej 11                    |
|                     | 13.00 -15.00<br>11.00 – 13.00  | malarstwo      | 13.01<br>20,27.01<br><br>Zajęcia w siedzibie CAS                     |
|                     | 15.45 – 17.15<br>10.30 – 12.00 | Taniec w kręgu | 13.01<br>20.01<br><br>Zajęcia w budynku Szkoły<br>ul. Na Błonie 15 B |

|                 |                                               |                                                                                               |                                                                       |
|-----------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek</b>   | 16.00 -18.00                                  | Ceramika                                                                                      | 7,14,21.01<br><br>Zajęcia w siedzibie CAS                             |
| <b>środa</b>    | 9.30 – 10.30<br><br>9.00 -11.00               | Kurs języka niemieckiego<br>Poziom podstawowy                                                 | 8.01<br><br>22,29.01<br><br>Zajęcia w siedzibie CAS                   |
|                 | 9.45 -11.15                                   | Taniec w kręgu                                                                                | 22.01<br><br>Zajęcia w budynku Szkoły<br>ul. Na Błonie 15 B           |
|                 | 12.30- 14.00<br>11.15 – 12.35                 | Trening umysłu                                                                                | 8.15.01<br>22.01<br>Zajęcia w siedzibie CAS                           |
| <b>czwartek</b> | 9.30 -10.20                                   | Kurs języka niemieckiego                                                                      | 2.01<br>Zajęcia w siedzibie CAS                                       |
|                 | 9.00 – 10.00<br>10.00 -11.00<br>11.00 – 12.00 | Kurs języka angielskiego<br><br><b>Grupa A</b><br><b>Grupa B</b><br><b>Grupa początkująca</b> | 9,16,23,30.01<br><br>Zajęcia w siedzibie CAS                          |
|                 | 15.45 – 16.30                                 | gimnastyka                                                                                    | 2, 9,.16.01<br>Zajęcia w Sali w budynku szkoły<br>ul.. Na Błonie 15 B |
|                 | 16.35 -17.25                                  | joga                                                                                          | 2, 9,16.01<br>Zajęcia w Sali w budynku szkoły<br>ul.. Na Błonie 15 B  |
|                 |                                               |                                                                                               |                                                                       |
| <b>piątek</b>   | 9.00 – 11.00                                  | Kurs obsługi komputera i smartfonu                                                            | 3,10,17,24,31.01<br>Zajęcia w siedzibie CAS                           |
|                 | 13.15 – 15.15<br>11.00 -13.00                 | Rękodzieło                                                                                    | 3, 10,17.01<br>24,31.01<br><br>Zajęcia w siedzibie CAS                |

|               |                                |            |                                                                                                                                  |
|---------------|--------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek</b> | 15.40 16.25<br>11.15.12.00     | gimnastyka | 17.01<br>24,01<br>Zajęcia w Sali gimnastycznej w<br>budynku szkoły ul.. Na Błonie<br>15 B(wejście bocznym wejściem<br>do szkoły) |
|               | 16.25 – 17.10<br>12.00 – 12.45 | joga       | 17.01<br>24,01<br>Zajęcia w Sali w budynku szkoły<br>ul.. Na Błonie 15 B                                                         |

### Zajęcia dodatkowe w STYCZNIU 2025

| data                              | godzina                            | rodzaj zajęć                                                    | uwagi                                                                                              |
|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek<br>13,20,01<br>27.01 | 10.00 – 11. 00<br><br>9.00 – 10.00 | Rozmawiamy po niemiecku                                         | Prowadzi wolontariusz.<br>Zajęcia w siedzibie CAS                                                  |
| Poniedziałek<br>13.01             | 11.00 -13.00                       | Brydż i inne gry stolikowe                                      | Prowadzi wolontariusz<br>Zajęcia w siedzibie CAS                                                   |
| Poniedziałek<br>20,27.01          | 13.15 – 14.15                      | PRÓBA SPIEWOGRY<br>Na kolędowanie                               | Prowadzi wolontariusz<br>Zajęcia w siedzibie CAS                                                   |
| Poniedziałek<br>27.01             | 10.00 – 11.00                      | Spotkanie z pszczelarzem                                        | Zajęcia w siedzibie CAS<br>Będzie możliwość zakupu<br>miodu                                        |
| Wtorek<br>14.01                   | 10.30                              | Zwiedzanie z<br>przewodnikiem wystawy<br>OD WIELKIEGO<br>DZWONU | Zbiórka przed Domem pod<br>Krzyżem ul. Szpitalna 21<br>Koszt biletu 11 zł<br>Zapisy u koordynatora |
| Wtorek<br>28.01                   | 16.30                              | KOLEĐOWANIE                                                     | Centrum Obywatelskie<br>Ul. Reymonta 20<br>Zapisy u koordynatora                                   |
| Środa<br>15,01                    | 13.00 -14.00                       | PRÓBA SPIEWOGRY<br>Na kolędowanie                               | Prowadzi wolontariusz<br>Zajęcia w siedzibie CAS                                                   |

|                              |                                  |                                   |                                                  |
|------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------|
| Piątek<br>10,17,.01<br>24.01 | 11.15-12.15<br><br>13.15 – 14.15 | PRÓBA ŚPIEWOGRY<br>na kolędowanie | Prowadzi wolontariusz<br>Zajęcia w siedzibie CAS |
| Piątek<br>17.01              | 18.30                            | KONCERT<br>NOWOROCZNY             | Opera Krakowska                                  |