



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 | 9.00 -13.00 |
| środa | 9.00 -13.00 |
| czwartek | 9.00 -13.00 |
| piątek | 9.00 -13.00 |

Obowiązuje od 10.03.2025

Harmonogram zajęć stałych w MARCU

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|---------------------|-------------|--------------|--|
| poniedziałek | 9.30- 10.15 | Aqua aerobik | 3,10,17,24.31.03 Basen przy ul. Ludwinowska 11 |

| | | | |
|---------------|--|--|---|
| | 9.00 -10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00 | Kurs języka angielskiego Grupa A Grupa B Grupa początkowa | 10,17, 24..03 |
| | 9.00 -11.00 11.00 – 13.00 13.00 - .15.00 | Grupa A Grupa B Grupa początkowa | 31.03 |
| | 9.00 -10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00 | Grupa A Grupa B Grupa początkująca | Zajęcia w siedzibie CAS |
| | 11.00 -13.00 | malarstwo | 3,03 |
| | 13.00 -15.00 | | 10,17,03 Zajęcia w siedzibie CAS |
| | 15.45 – 17.15 | Taniec w kręgu | 3,10,17,24,31..03 Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 B |
| wtorek | 16.00 -18.00 | Ceramika | 11,18.03 Zajęcia w siedzibie CAS |
| | 9.30 – 10.30 | Kurs języka niemieckiego Poziom podstawowy | 5,12,19,26.03 Zajęcia w siedzibie CAS |
| środa | 10.45 – 11.45 | Kurs języka niemieckiego Rozmawiamy po niemiecku | 5,12,19,26.03 Zajęcia prowadzi wolontariusz w siedzibie CAS |
| | 12.30- 14.00 | Trening umysłu | 5,12,19,03 Zajęcia w siedzibie CAS |

| | | | |
|-----------------|--------------------------------|------------------------------------|--|
| czwartek | 13.15 – 14.45 13.15 – 14.00 | Nordik walking | 6,03 13,20.03 Zbiórka przed wejściem do siedziby CAS |
| | 16.00 -18.00 | ceramika | 6.03 Zajęcia w siedzibie CAS |
| piątek | 9.00 – 11.00 | Kurs obsługi komputera i smartfonu | 7,14,21,28.03 Zajęcia w siedzibie CAS |
| | 13.15 – 15.15 | Rękodzieło | 7,14,21,28.03 Zajęcia w siedzibie CAS Na zajęcia obowiązują zapisy |
| | 15.40 16.25 | joga | 7,14,21,28.03 Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 B |
| | 16.25 – 17.10 | gimnastyka | 7,14,21,28.03 Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 B |

Zajęcia dodatkowe w MARCU 2025

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|-------------------------|--------------|-------------------------------------|--|
| Poniedziałek 24.03 | 15.30 -17.00 | Spotkanie z dietetykiem + warsztaty | Zajęcia w siedzibie CAS |
| Wtorek 4,11,18,25.03 | 9.00 – 13.00 | Brydż | Zajęcia prowadzi wolontariusz |
| Wtorek 4.03 | 16.00 -17.30 | Warsztaty EKODOM' | Krakowskie Centrum Edukacji Klimatycznej Ul. Wielopole 17a Zapisy u koordynatora Ograniczona ilość miejsc |

| | | | |
|-------------------------|---------------|---|---|
| Wtorek 18.03 | 12.00 | Zwiedzanie Muzeum AGH | Zbiórka na przystanku autobusu 173 Czarnowiejska Zapisy u koordynatora |
| Wtorek 25.03 | 11.00 | Spotkanie z poetą Markiem Gawłem I śpiewakiem Janem Migałą | Rydłówka Zapisy u koordynatora |
| Środa 19.03 | 8.00 – 12.00 | Wielka Miedzycasowska Wymiana Dekoracji i Akcesoriów Domowych | Ul. Morawskiego 5/416 |
| Środa 12.03 | 12.00 -14.00 | Gramy w gry planszowe z uczniami szkoły podstawowej nr 153 w ramach Tygodnia Matematyki | Świetlica w budynku Szkoły Podstawowej nr 153 ul. Na Błonie 15 |
| Czwartek 6.03 | 10.00 – 13.00 | Turniej Rusz Głową Spotkanie przy planszówkach | Zapisy osób chętnych do udziału pod nr telefonu 605 261 515 |
| Czwartek 13,20,27.03 | 10.00 – 13.00 | Brydż i inne gry stolikowe | Zajęcia prowadzi wolontariusz |
| Niedziela 16.03 | 18.00 | Spektakl pt Ambroży Grabowski | Teatr Bagatela |