

Centrum Aktywności Seniorów Bieńczyce

adres - os. Kościuszkowskie 2A

Szkoła Mistrzostwa Sportowego Marcina Gortata

kontakt – tel. 575-361-492

e-mail fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	14:00 - 18:00
wtorek	14:00 - 18:00
środa	14:00 - 18:00
czwartek	14:00 - 18:00
piątek	14:00 - 18:00

OBOWIĄZUJE OD 01.08.2025

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2025

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	15.00 - 18.00	Gry stolikowe - rummicub	zajęcia 18.08., 25.08.
wtorek	8.00 - 8.45	Gimnastyka w plenerze	zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.
	9.00 - 9.45	Nordic walking nad Zalewem Nowohuckim	zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.
	11.30 - 12.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody - wykłady i warsztaty	zajęcia 19.08., 26.08.

środa	14.00 - 16.00	Zajęcia plastyczne - wykład wprowadzający oraz warsztaty praktyczne	zajęcia 6.08., 13.08., 20.08., 27.08.
czwartek	9.00-9.45	Fitness	zajęcia 7.08., 14.08., 21.08., 28.08.
	10.00-11.00	Kurs obsługi smartfonów	zajęcia 7.08., 14.08., 21.08., 28.08.
	13.00-15.00	Manufaktura szydełkowania	zajęcia 21.08., 28.08.
	13.00 - 15.00	Warsztaty florystyczne	zajęcia 21.08., 28.08.
piątek	14.00-17.00	Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie	zajęcia 22.08., 29.08.

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2025:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
7.08.2025	14.00-16.00	Warsztaty florystyczne w plenerze: Łąki Nowohuckie	<i>Informacje i zapisy w CAS</i>
14.08.2025	14.00-16.00	Warsztaty florystyczne w plenerze: Park Jerzmanowskich	<i>Informacje i zapisy w CAS</i>
22.08.2025	12.00-14.00	Wykład historyczny w plenerze - Wokół ulicy Krakowskiej	<i>Informacje i zapisy w CAS</i>
27.08.2025	19.00	Wyjście do Teatru Ludowego na spektakl Boska	<i>Informacje i zapisy w CAS</i>

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.