



**Magiczny
Kraków**

Wrzesień w CAS Dobrej Nadzei

2016-08-31

Program zajęć Centrum Aktywności Seniora Stowarzyszenia Dobrej Nadziei Wrzesień 2016

Do pobrania

PONIEDZIAŁEK 29.08	WTOREK 30.08	ŚRODA 31.08	CZWARTEK 01.09 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu	PIĄTEK 02.09 10⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia
PONIEDZIAŁEK 05.09	WTOREK 06.09	ŚRODA 07.09	CZWARTEK 08.09 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu	PIĄTEK 09.09
10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gry (komputerowe)	10⁰⁰ - 11⁰⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)	12⁰⁰ - 13⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	11⁰⁰ - 12³⁰ Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.I 12³⁰ - 14⁰⁰ Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.II 12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	10⁰⁰ - 11⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia
PONIEDZIAŁEK 12.09 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)- grupa podstawowa 11³⁰ - 12³⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa średniozaawansowana 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Gry (komputerowe)	WTOREK 13.09	ŚRODA 14.09	CZWARTEK 15.09	PIĄTEK 16.09
	10⁰⁰ - 11⁰⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)	12⁰⁰ - 13⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu 12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	10⁰⁰ - 11⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia



**Magiczny
Kraków**

**PONIEDZIAŁEK
19.09**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Gry
(komputerowe)

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)- grupa
podstawowa

11³⁰ - 12³⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)grupa
średniozaawansowana

13⁰⁰ - 14⁰⁰

Gry
(komputerowe)

**PONIEDZIAŁEK
26.09**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)- grupa
podstawowa

11³⁰ - 12³⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)grupa
średniozaawansowana

13⁰⁰ - 14⁰⁰

Gry
(komputerowe)

**WTOREK
20.09**

10⁰⁰ - 14⁰⁰

Wycieczka po
Krakowie (Droga
Królewska cd.)

**WTOREK
27.09**

09⁰⁰ - 15⁰⁰

Wycieczka do
Ojcowa

**ŚRODA
21.09**

12⁰⁰ - 13⁰⁰

Zajęcia
teatralne

13⁰⁰ - 14⁰⁰

Zajęcia
taneczne
(zajęcia
odbywają się
w Domu
Kultury ul
Witosa 39)

**ŚRODA
28.09**

12⁰⁰ - 13⁰⁰

Zajęcia
teatralne

13⁰⁰ - 14⁰⁰

Zajęcia
taneczne
(zajęcia
odbywają się
w Domu
Kultury ul
Witosa 39)

**CZWARTEK
22.09**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Gimnastyka
umysłu

11⁰⁰ - 12³⁰

Senior Artysta:
kurs decoupage i
rysunku gr.I

12³⁰ - 14⁰⁰

Senior Artysta:
kurs decoupage i
rysunku gr.II

12⁴⁵ - 13⁴⁵

Zajęcia Fitness
(zajęcia odbywają
się w Domu
Kultury ul Witosa
39)

**CZWARTEK
29.09**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Gimnastyka
umysłu

12⁴⁵ - 13⁴⁵

Zajęcia Fitness
(zajęcia odbywają
się w Domu
Kultury ul Witosa
39)

**PIĄTEK
23.09**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Zajęcia ze zdrowego
stylu życia

**PIĄTEK
30.09**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Zajęcia ze zdrowego
stylu życia