



**Magiczny
Kraków**

Październik w CAS Dobrej Nadzei

2016-09-23

Program zajęć Centrum Aktywności Seniora Stowarzyszenia Dobrej Nadzei Październik 2016

[Do pobrania](#)

PONIEDZIAŁEK 03.10 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I 11¹⁵ - 12¹⁵ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II 12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) 13⁴⁵ - 14⁴⁵ Gry (komputerowe)	WTOREK 04.10 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami) 11⁰⁰ - 12⁰⁰ J.angielski gr.I 12⁰⁰ - 13⁰⁰ J.angielski gr.II	ŚRODA 05.10 12⁰⁰ - 13⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	CZWARTEK 06.10 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 Witosza 39)	PIĄTEK 07.10 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia
PONIEDZIAŁEK 10.10 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I 11¹⁵ - 12¹⁵ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II 12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) 13⁴⁵ - 14⁴⁵ Gry (komputerowe)	WTOREK 11.10 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami) 11⁰⁰ - 12⁰⁰ J.angielski gr.I 12⁰⁰ - 13⁰⁰ J.angielski gr.II	ŚRODA 12.10 12⁰⁰ - 13⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	CZWARTEK 13.10 10⁰⁰ - 14⁰⁰ Wycieczka po Krakowie 12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	PIĄTEK 14.10 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia
PONIEDZIAŁEK 17.10	WTOREK 18.10	ŚRODA 19.10	CZWARTEK 20.10	PIĄTEK 21.10



**Magiczny
Kraków**

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)- grupa I

11¹⁵ - 12¹⁵

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)grupa II

12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia
komputerowe
(komputer od
podstaw)

13⁴⁵ - 14⁴⁵

Gry

(komputerowe)

PONIEDZIAŁEK

24.10

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)- grupa I

11¹⁵ - 12¹⁵

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)grupa II

12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia
komputerowe
(komputer od
podstaw)

13⁴⁵ - 14⁴⁵

Gry

(komputerowe)

PONIEDZIAŁEK

31.10

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)- grupa I

11¹⁵ - 12¹⁵

Kurs

Foto Senior (kurs
fotografii)grupa II

12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia
komputerowe
(komputer od
podstaw)

13⁴⁵ - 14⁴⁵

Gry

(komputerowe)

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Nordic Walking
(spacery z
kijkami)

11⁰⁰ - 12⁰⁰

J.angielski gr.I

12⁰⁰ - 13⁰⁰

J.angielski gr.II

12⁰⁰ - 13⁰⁰

Zajęcia teatralne
(spacery z
kijkami)

13⁰⁰ - 14⁰⁰

Zajęcia taneczne
(zajęcia odbywają
się w Domu

Kultury ul Witosza
39)

WTOREK

25.10

ŚRODA

26.10

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Nordic Walking
(spacery z
kijkami)

11⁰⁰ - 12⁰⁰

J.angielski gr.I

12⁰⁰ - 13⁰⁰

J.angielski gr.II

12⁰⁰ - 13⁰⁰

Zajęcia teatralne
(spacery z
kijkami)

13⁰⁰ - 14⁰⁰

Zajęcia taneczne
(zajęcia odbywają
się w Domu

Kultury ul Witosza
39)

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 Witosza 39)

CZWARTEK

27.10

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Zajęcia ze zdrowego
stylu życia

PIĄTEK

28.10

10⁰⁰ - 14⁰⁰

Wycieczka po
Krakowie

12⁴⁵ - 13⁴⁵

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

10⁰⁰ - 11⁰⁰

Zajęcia ze zdrowego
stylu życia



**Magiczny
Kraków**