Listopad w CAS Dobrej Nadzei

2016-10-27

Program zajęć Centrum Aktywności Seniora Stowarzyszenia Dobrej Nadziei Listopad 2016

Do pobrania

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
	01.11	02.11	03.11	04.11
			10^{00} - 11^{00} Gimnastyka umysłu	
10^{00} – 11^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I			**11^{00} – 12^{30}** Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.I	
11^{00} – 12^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii) grupa II		**11^{00} – 12^{00}** Zajęcia teatralne	**12^{30} – 14^{00}** Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.II	**10^{00} – 11^{00}** Zajęcia ze zdrowego stylu życia
12^{15} – 13^{15} Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw)	**Wszystkich Świętych**	**13^{00} - 14^{00}** Zajęcia taneczne (Dom Kultury ul Witosa 39)	**12^{45} - 13^{45}** Zajęcia Fitness (Dom Kultury ul Witosa 39)	
13^{15} – 14^{15} Gry (komputerowe)				

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
07.11	08.11	09.11	10.11	11.11
10^{00} – 11^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I	**10^{00} – 11^{00}** Nordic Walking (spacery z kijkami)	**11^{00} – 13^{00}** Zajęcia teatralne (piosenka patriotyczna)	**9^{00} - 14^{00}** Wycieczka po Krakowie	
11^{00} – 12^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II	**11^{00} – 12^{00}** J.angielski gr.I	**13^{00} - 14^{00}** Zajęcia taneczne (Dom Kultury ul Witosa 39)	**12^{45} - 13^{45}** Zajęcia Fitness (Dom Kultury ul Witosa 39)	**Święto Niepodległości**
12^{15} – 13^{15} Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw)	**12^{00} – 13^{00}** J.angielski gr.II			
13^{15} – 14^{15} Gry (komputerowe)				

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
14.11	15.11	16.11	17.11	18.11

Magiczny Kraków

10^{00} – 11^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I **11^{00} – 12^{00}** Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II **12^{15} – 13^{15}** Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) **13^{15} – 14^{15}** Gry (komputerowe)	**10^{00} – 11^{00}** Nordic Walking (spacery z kijkami) **11^{00} – 12^{00}** J.angielski gr.I **12^{00} – 13^{00}** J.angielski gr.II	**11^{00} – 12^{00}** Zajęcia teatralne **13^{00} - 14^{00}** Zajęcia taneczne (Dom Kultury ul Witosa 39)	**10^{00} - 11^{00}** Gimnastyka umysłu **11^{00} – 12^{30}** Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.I **12^{30} – 14^{00}** Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.II **12^{45} - 13^{45}** Zajęcia Fitness (Dom Kultury ul Witosa 39)	**10^{00} – 12^{00}** Zajęcia ze zdrowego stylu życia

PONIEDZIAŁEK 21.11	**WTOREK 22.11**	**ŚRODA 23.11**	**CZWARTEK 24.11**	**PIĄTEK 25.11**
10^{00} – 11^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I **11^{00} – 12^{00}** Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II **12^{15} – 13^{15}** Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) **13^{15} – 14^{15}** Gry (komputerowe)	**10^{00} – 11^{00}** Nordic Walking (spacery z kijkami) **11^{00} – 12^{00}** J.angielski gr.I **12^{00} – 13^{00}** J.angielski gr.II	**11^{00} – 12^{00}** Zajęcia teatralne **13^{00} - 14^{00}** Zajęcia taneczne (Dom Kultury ul Witosa 39)	**9^{00} - 14^{00}** Wycieczka po Krakowie **12^{45} - 13^{45}** Zajęcia Fitness (Dom Kultury ul Witosa 39)	**10^{00} – 11^{00}** Zajęcia ze zdrowego stylu życia

PONIEDZIAŁEK 28.11	**WTOREK 29.11**	**ŚRODA 30.11**
10^{00} – 11^{00} Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa I **11^{00} – 12^{00}** Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II **12^{15} – 13^{15}** Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) **13^{15} – 14^{15}** Gry (komputerowe)	**10^{00} – 11^{00}** Nordic Walking (spacery z kijkami) **11^{00} – 12^{00}** J.angielski gr.I **12^{00} – 13^{00}** J.angielski gr.II	**11^{00} – 12^{00}** Zajęcia teatralne **13^{00} - 14^{00}** Zajęcia taneczne (Dom Kultury ul Witosa 39)