



Kwiecień w CAS Dobrej Nadzei

2016-04-27

Program zajęć Centrum Aktywności Seniora Stowarzyszenia Dobrej Nadzei Kwiecień 2016

[Do pobrania](#)

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
				01.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Zdrowia gr. średniozaawansowana 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Konsultacja
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
04.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs komputerowy - grupa podstawowa 11³⁰ - 12³⁰ Kurs komputerowy grupa średniozaawansowana 12³⁰ - 13³⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)	05.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Zdrowy senior - grupa podstawowa 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Gimnastyka Umysłu	06.04 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	07.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gry (brydż) 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia psycho- edukacyjne (trening funkcji poznawczych) 12⁰⁰ - 14⁰⁰ Dyżur psychologa	08.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Zdrowia gr. średniozaawansowana 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Konsultacja



			12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
11.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach)- grupa podstawowa	12.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Zdrowy senior - grupa podstawowa 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Gimnastyka Umysłu	13.04 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	14.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gry (brydż) 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia psycho- edukacyjne (trening funkcji poznawczych) 12⁰⁰ - 14⁰⁰ Dyżur psychologa 12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	15.04 10⁰⁰ Kurs Zdro gr. śred 11⁰⁰ Konsulta
11³⁰ - 12³⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach) grupa średniozaawansowana 12³⁰ - 13³⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)				
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
18.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i	19.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Zdrowy senior - grupa podstawowa	20.04 11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia teatralne 13⁰⁰ - 14⁰⁰	21.04 10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gry (brydż) 11⁰⁰ - 12⁰⁰	22.04 10⁰⁰ Kurs Zdro gr. śred 11⁰⁰



<p>galeriach)- grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ - 12³⁰</p> <p>Kurs</p> <p>Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach) grupa średniozaawansowana</p> <p>12³⁰ - 13³⁰</p> <p>Nordic Walking</p> <p>(spacery z kijkami</p>	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p> <p>Gimnastyka Umysłu</p>	<p>Zajęcia taneczne</p> <p>(zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>Zajęcia psycho- edukacyjne</p> <p>(trening funkcji poznawczych)</p> <p>12⁰⁰ - 14⁰⁰</p> <p>Dyżur psychologa</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵</p> <p>Zajęcia Fitness</p> <p>(zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>Konsulta</p>
<p>PONIEDZIAŁEK</p> <p>25.04.</p>	<p>WTOREK</p> <p>26.04</p>	<p>ŚRODA</p> <p>27.04</p>	<p>CZWARTEK</p> <p>28.04</p>	<p>PIĄTEK</p> <p>29.04</p>
<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰</p> <p>Kurs</p> <p>Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach)- grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ - 12³⁰</p> <p>Kurs</p> <p>Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach) grupa średniozaawansowana</p> <p>12³⁰ - 13³⁰</p> <p>Nordic Walking</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰</p> <p>Kurs Zdrowy senior - grupa podstawowa</p> <p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p> <p>Gimnastyka Umysłu</p>	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p> <p>Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰</p> <p>Zajęcia taneczne</p> <p>(zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰</p> <p>Gry (brydż)</p> <p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p> <p>Zajęcia psycho- edukacyjne</p> <p>(trening funkcji poznawczych)</p> <p>12⁰⁰ - 14⁰⁰</p> <p>Dyżur psychologa</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵</p> <p>Zajęcia Fitness</p> <p>(zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰</p> <p>Kurs Zdrowy senior - grupa średniozaawansowana</p> <p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p> <p>Konsulta</p>



**Magiczny
Kraków**

(spacery z kijkami

--	--	--	--	--



**Magiczny
Kraków**

Planowane wydarzenia w kwietniu:

- 1 kwiecień spacer z przewodnikiem po Krakowie w ramach nagrody za najlepszy program zwiedzania Krakowa

Działalność CAS Dobrej Nadzei jest współfinansowana ze środków Gminy Miejskiej Kraków