



## Październik w CAS Dobrej Nadzei

2016-09-23

Program zajęć Centrum Aktywności Seniora Stowarzyszenia Dobrej Nadzei Październik 2016

[Do pobrania](#)

<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>
<b>03.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)- grupa I <b>11<sup>15</sup> - 12<sup>15</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) <b>13<sup>45</sup> - 14<sup>45</sup></b> Gry (komputerowe)	<b>04.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Nordic Walking (spacery z kijkami) <b>11<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup></b> J.angielski gr.I <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> J.angielski gr.II	<b>05.10</b> <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> Zajęcia teatralne <b>13<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup></b> Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	<b>06.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Gimnastyka umysł <b>11<sup>00</sup> - 12<sup>30</sup></b> Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku <b>12<sup>30</sup> - 14<sup>00</sup></b> Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się Domu Kultury ul Wito 39)
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>
<b>10.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)- grupa I <b>11<sup>15</sup> - 12<sup>15</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs	<b>11.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Nordic Walking (spacery z kijkami) <b>11<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup></b> J.angielski gr.I <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b>	<b>12.10</b> <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> Zajęcia teatralne <b>13<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup></b> Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	<b>13.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup></b> Wycieczka po Krakow <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się Domu Kultury ul Wito 39)



fotografii)grupa II

**12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup>** Zajęcia  
komputerowe (komputer od  
podstaw)

**13<sup>45</sup> - 14<sup>45</sup>**

Gry

(komputerowe)

.angielski gr.II



<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>
<b>17.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)- grupa I <b>11<sup>15</sup> - 12<sup>15</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw) <b>13<sup>45</sup> - 14<sup>45</sup></b> Gry (komputerowe)	<b>18.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Nordic Walking (spacery z kijkami) <b>11<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup></b> J.angielski gr.I <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> J.angielski gr.II	<b>19.10</b> <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> Zajęcia teatralne <b>13<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup></b> Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	<b>20.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Gimnastyka umysł <b>11<sup>00</sup> - 12<sup>30</sup></b> Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku <b>12<sup>30</sup> - 14<sup>00</sup></b> Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się Domu Kultury ul Wit 39)
<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>
<b>24.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)- grupa I <b>11<sup>15</sup> - 12<sup>15</sup></b> Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw)	<b>25.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b> Nordic Walking (spacery z kijkami) <b>11<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup></b> J.angielski gr.I <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> J.angielski gr.II	<b>26.10</b> <b>12<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup></b> Zajęcia teatralne <b>13<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup></b> Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosa 39)	<b>27.10</b> <b>10<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup></b> Wycieczka po Krakowie <b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się Domu Kultury ul Wit 39)



<p><b>13<sup>45</sup> - 14<sup>45</sup></b></p> <p>Gry (komputerowe)</p>				
<p><b>PONIEDZIAŁEK</b></p>				
<p><b>31.10</b></p>				
<p><b>10<sup>00</sup> - 11<sup>00</sup></b></p> <p>Kurs Foto Senior (kurs fotografii)- grupa I</p>				
<p><b>11<sup>15</sup> - 12<sup>15</sup></b></p> <p>Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa II</p>				
<p><b>12<sup>45</sup> - 13<sup>45</sup></b> Zajęcia komputerowe (komputer od podstaw)</p>				
<p><b>13<sup>45</sup> - 14<sup>45</sup></b></p> <p>Gry (komputerowe)</p>				