

Program zajęć
Centrum Aktywności Seniora
Stowarzyszenia Dobrej Nadziei
MAJ 2016

PONIEDZIAŁ EK 02.05	WTOREK 03.05	ŚRODA 04.05	CZWARTEK 05.05	PIĄTEK 06.05
WEEKEND MAJOWY	WEEKEND MAJOWY	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰ Gimnastyka umysłu (trening funkcji poznawczych)</p> <p>12⁰⁰ - 14⁰⁰ Dyżur psychologa</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ zajęcia ze zdrowego stylu życia</p> <p>11⁰⁰ - 12⁰⁰ Konsultacje prawne</p> <p>12⁰⁰ - 13⁰⁰ Klub dyskusyjny</p>
PONIEDZIAŁ EK 09.05	WTOREK 10.05	ŚRODA 11.05	CZWARTEK 12.05	PIĄTEK 13.05
<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ J. angielski gr. I</p> <p>12⁰⁰ - 13⁰⁰</p>	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają</p>	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰ Gimnastyka umysłu (trening funkcji poznawczych)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ zajęcia ze zdrowego stylu życia</p> <p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p>

PONIEDZIAŁ EK 16.05	WTOREK 17.05	ŚRODA 18.05	CZWARTEK 19.05	PIĄTEK 20.05
<p>muzeach i galeriach)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰</p> <p>Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach) grupa średniozaawansowana</p> <p>12³⁰ – 13³⁰</p> <p>Nordic Walking (spacery z kijkami)</p>	<p>J. angielski gr. II</p>	<p>się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>12⁰⁰ - 14⁰⁰</p> <p>Dyżur psychologa</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵</p> <p>Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>Konsultacje prawne</p> <p>12⁰⁰ – 13⁰⁰</p> <p>Klub dyskusyjny</p>
<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰</p> <p>Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰</p> <p>Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰</p> <p>J. angielski gr. I</p> <p>12⁰⁰ – 13⁰⁰</p> <p>J. angielski gr. II</p>	<p>11⁰⁰ – 12⁰⁰</p> <p>Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰</p> <p>Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>11⁰⁰ - 12⁰⁰</p> <p>Gimnastyka umysłu (trening funkcji poznawczych)</p> <p>12⁰⁰ - 14⁰⁰</p> <p>Dyżur psychologa</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵</p> <p>Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰</p> <p>zajęcia ze zdrowego stylu życia</p> <p>11⁰⁰ – 12⁰⁰</p> <p>Konsultacje prawne</p> <p>12⁰⁰ – 13⁰⁰</p> <p>Klub dyskusyjny</p>

<p>muzeach i galeriach) grupa średniozaawansowana</p> <p>12³⁰ – 13³⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)</p>			<p>ul Witosza 39)</p>	
<p>PONIEDZIAŁEK 23.05</p>	<p>WTOREK 24.05</p>	<p>ŚRODA 25.05</p>	<p>CZWARTEK 26.05</p>	<p>PIĄTEK 27.05</p>
<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach) grupa średniozaawansowana</p> <p>12³⁰ – 13³⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ J. angielski gr. I</p> <p>12⁰⁰ – 13⁰⁰ J. angielski gr. II</p>	<p>11⁰⁰ – 12⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>BOŻE CIAŁO</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ zajęcia ze zdrowego stylu życia</p> <p>11⁰⁰ – 12⁰⁰ Konsultacje prawne</p> <p>12⁰⁰ – 13⁰⁰ Klub dyskusyjny</p>

PONIEDZIAŁE K 30.05	WTOREK 31.05		
<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰ Kurs Kulturalny Senior (nowe technologie w muzeach i galeriach) grupa średniozaawansow ana</p> <p>12³⁰ – 13³⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ J. angielski gr. I</p> <p>12⁰⁰ – 13⁰⁰ J. angielski gr. II</p>		

Planowane wydarzenia w maju:

- wyjście do kina
- wyjście do muzeum
- wycieczka po Krakowie