

Program zajęć
Centrum Aktywności Seniora
Stowarzyszenia Dobrej Nadziei
WRZESIEŃ 2016

PONIEDZIAŁEK 29.08	WTOREK 30.08	ŚRODA 31.08	CZWARTEK 01.09	PIĄTEK 02.09
			<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu</p>	<p>10⁰⁰ - 12⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia</p>
PONIEDZIAŁEK 05.09	WTOREK 06.09	ŚRODA 07.09	CZWARTEK 08.09	PIĄTEK 09.09
<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gry (komputerowe)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)</p>	<p>12⁰⁰ - 13⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu</p> <p>11⁰⁰ - 12³⁰ Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.I</p> <p>12³⁰ - 14⁰⁰ Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.II</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness (zajęcia odbywają się w Domu Kultury)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia</p>

			ul Witosza 39)	
PONIEDZIAŁEK 12.09	WTOREK 13.09	ŚRODA 14.09	CZWARTEK 15.09	PIĄTEK 16.09
<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa średniozaawansowana</p> <p>13⁰⁰ – 14⁰⁰ Gry (komputerowe)</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Nordic Walking (spacery z kijkami)</p>	<p>12⁰⁰ – 13⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu</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>
PONIEDZIAŁEK 19.09	WTOREK 20.09	ŚRODA 21.09	CZWARTEK 22.09	PIĄTEK 23.09
<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Gry (komputerowe)</p> <p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa średniozaawansowana</p>	<p>10⁰⁰ – 14⁰⁰ Wycieczka po Krakowie (Droga Królewska cd.)</p>	<p>12⁰⁰ – 13⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu</p> <p>11⁰⁰ – 12³⁰ Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.I</p> <p>12³⁰ – 14⁰⁰ Senior Artysta: kurs decoupage i rysunku gr.II</p> <p>12⁴⁵ - 13⁴⁵ Zajęcia Fitness</p>	<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Zajęcia ze zdrowego stylu życia</p>

<p>13⁰⁰ – 14⁰⁰ Gry (komputerowe)</p>			(zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)	
<p>PONIEDZIAŁEK 26.09</p>	<p>WTOREK 27.09</p>	<p>ŚRODA 28.09</p>	<p>CZWARTEK 29.09</p>	<p>PIĄTEK 30.09</p>
<p>10⁰⁰ – 11⁰⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)– grupa podstawowa</p> <p>11³⁰ – 12³⁰ Kurs Foto Senior (kurs fotografii)grupa średniozaawansowana</p> <p>13⁰⁰ – 14⁰⁰ Gry (komputerowe)</p>	<p>09⁰⁰ – 15⁰⁰ Wycieczka do Ojcowa</p>	<p>12⁰⁰ – 13⁰⁰ Zajęcia teatralne</p> <p>13⁰⁰ - 14⁰⁰ Zajęcia taneczne (zajęcia odbywają się w Domu Kultury ul Witosza 39)</p>	<p>10⁰⁰ - 11⁰⁰ Gimnastyka umysłu</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>