

## Centrum Aktywności Seniorów „Siódemka Centrum”

adres: oś. Oświecenia 7 lok.1 a

telefon: 722 -102-173

e-mail: [anna.pietras@poczta.fm](mailto:anna.pietras@poczta.fm)

### CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00- 13:30
wtorek	9:00 – 12:00
środa	9:30 – 12:30
czwartek	11:00- 14:00
piątek	9:00 – 15:30

### **OBOWIĄZUJE OD 2 stycznia 2019**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH styczeń– 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9:30 -10:30	Angielski podst. gr. I	Początek zajęć 7 stycznia
	10:30 -11:30	Angielski średni	
	11:30 -12:30	Angielski post. Gr.II	
	12:30 -13:30	Hiszpański	<b>Można się zapisywać, początek zajęć 7 stycznia</b>
Wtorek	9:30 – 10:15	Gimnastyka usp. gr.I	Od 8 stycznia
	10:15 – 11:00	Gimnastyka usp.gr.II	
	10:30 -12:00	Rękodzieło	Od 8 stycznia

	11:00-12:30	Nowe technologie podstawa	<b>Centrum C bl.10 sala 109</b> Od 8 stycznia
Środa	10:00 -11:30	taniec w kręgu, taniec liniowy I grupa	od 9 stycznia
	11:35 – 12: 20	Taniec w kręgu, taniec liniowy II grupa	Od 9 stycznia
Czwartek	11:00 – 14:00	Dyżur	Od 10 stycznia wolontariat
piątek	9:30 -10:15 10:15 -11:00	Fitness Pilates	Od 10 stycznia
	14:00 – 15:30	Chór, emisja głosu	Od 10 stycznia

	11:00 – 12:00	Dyżur	Początek 10 stycznia
	10:30-11:30	Nowe technologie Poziom średni	Centrum C, bl. 10, sala 109 Początek 11 stycznia

### **ZAJĘCIA DODATKOWE styczeń 2019**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
29 stycznia wtorek	10:00 – 13:00	Wędrówki piesze Muzeum Nowej Huty	Zbiórka godz.10:00 Centrum C koło Apteki Ziko
2 stycznia – 5 stycznia	9:00-15:00	Dyżur, sprzątanie CAS	wolontariat

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**