



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: casbronowice@gmail.com

CAS i Kawiarenka Seniora czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	13.00-17
wtorek	13.00-17
środa	10.00 -14.00
czwartek	13.00-17
piątek	8.30-12.30

Obowiązuje od 20.03.2019

Harmonogram zajęć stałych – marzec 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 – 11.30	Nordic walking	4,18,25
	12.45-13.30	basen	11 zajęcia odwołane Ul. Ludwinowska 11 4,11,18,25
	15.30-16.30	Zajęcia komputerowe grupa zaawansowana	4,11,18,25
	16.30.-17.30	Zajęcia komputerowe grupa podstawowa	4,11,18,25
wtorek	15.45-16.30	Gimnastyka ogólnousprawniająca	5,12,19,26
wtorek	16.30-18.00	Kurs rękodzieła	19

Środa	11.00-12.00	Kurs języka angielskiego – grupa zaawansowana	6 zajęcia odwołane 13,20,27
	12.00-13.00	Kurs języka angielskiego – grupa podstawowa	6 zajęcia odwołane 13,20,27
	16.30-18.00	Zajęcia ruchowe –taniec w kręgu	6,13,20,27
Czwartek	15.45-16.30	Gimnastyka rehabilitacyjna	7,14,28 21 zajęcia odwołane
	16.30 – 19.00	Zajęcia plastyczne – malarstwo	7,21
	15.00-17.00	Kurs fotograficzno-filmowy	21
Piątek	8.30 -10.00	Kurs florystyczny	1,29
	10.00-11.00	Kurs Zdrowego stylu życia	1,29
	11.30-12.30		8,15,22
	10.00-11.30	Kurs ogrodniczy	8,15

Zajęcia dodatkowe w marcu 2019:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5.03	17.00	Impreza integracyjna COMBER	Klub B-4 ul. Bracka 4
12.03	19.00	Wyjście do teatru Variete na spektakl pt „W starym Kinie”	
13.03	19.00	Wyjście do teatru STU na spektakl pt „Firma dziękuje”	
14.03	14.30-15.30	Trening umysłu	Prowadza wolontariuszki M. Bigoś i M. Pliszczyńska

19.03	19	Wyjście do teatru STU na spektakl pt. „Dom wyobraźni”	
21.02	10.00	NOWRÓZ – powitanie wschodniego Nowego Roku	Jurta w Porębie Żegoty
22.03	10.00-11.30	Spotkanie z pszczelarzem	
26.03	14.30-15.30	Prelekcja o Tajlandii	Prowadzi studentka Psychologii Stosowanej UJ

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy