



Centrum Aktywności Seniorów „Prądnik Czerwony”

adres - ul. Strzelców 5a w Krakowie

(Szkoła Podstawowa nr 2 im. Św. Wojciecha)

kontakt – tel.518-329-303

e-mail: caspradnik@gmail.com

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	13.00-17.00
wtorek	13.00-17.00
środa	13.00-17.00
czwartek	13.00-17.00
piątek	13.00-17.00

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	10.00-11.30	Nordic walking 3;10;17;24	Zbiórka przy szkole
	15.00-16.00	Szkolenie wolontariuszy 3;10;17;24	sala D24 Ip.
	16.30-18.00	Zajęcia taneczne 3;10;17;24	Duża sala gimnastyczna
	13.00-15.00	Kurs ogrodniczy 3;10;24	Sala D24
	13.00-17.00	Kawiarenka	Sala D24/2
Wtorek	15:00-17:00	Kurs zdrowego stylu życia 4, 18	SalaD24
	15:00-17:00	Kurs ogrodniczy 11, 25	Sala D24
	14.30-15.15	Gimnastyka ogólnorozwojowa 4;11;18;25	Duża sala gimnastyczna
	13.00-17.00	Kawiarenka	Sala D24/2

Środa	16.00 -18.00	Kurs plastyczny 12;26	Sala D24
	15.00 – 17.00	Jęz. angielski dla początkujących 5;19	sala D24
	13.00-15.00	kurs florystyczny 5;19	Sala D24/2
	13.00-17.00	Kawiarenka	Sala D
Czwartek	10.15 -11.00 11.05-11.50	Basen – AQUA PARK 6;13;27	Pierwsza grupa Druga grupa
	14;00-17;00	Kurs rękodzieła 13;27	Sala D24
	15;30-17;30	Kurs fotograficzny 6	Sala komputerowa D12
	13.00-17.00	Kawiarenka	Sala D24/2
Piątek	15.45-16.45	I grupa-Kurs obsługi komputera i urządzeń mobilnych 7;14;21;28	Sala D12
	17;00-18;00	II grupa-Kurs obsługi komputera i urządzeń mobilnych 7;14;21;28	
	14;00-16;00	Zajęcia przygotowujące do turystyki 28	Kazimierz katolicki Spotkanie przy kościele Bożego Ciała; ul. Bożego Ciała
	13.00-17.00	Kawiarenka	Sala D24/2

Zajęcia dodatkowe - czerwiec 2019:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
2 VI 2019 niedziela	17:50-18:50	Pochód Tradycji	Rynek Główny
4 VI 2019 wtorek	18:00	Ogrody baroku – wykład z cyklu Ogrody średniowiecza, renesansu i baroku. Prowadzenie dr Zofia Malinowska	Dom Józefa Mehoffera – Oddział Muzeum Narodowego w Krakowie Kraków, ul. Krupnicza 26
5 VI 2019 środa		Turniej Boule	DPS; ul.Kluzeka 6
6 VI 2019 czwartek	18:00	W zielonych ogrodach rozkwita nadzieja... – Koncert piosenek autorskich. Autor i wykonawca Andrzej Mróz	Ogród Botaniczny UJ Kraków, ul. Kopernika 27
7 VI 2019 piątek	7:00-19:00	Spływ Dunajcem	Zbiórka parking Powiśle
8 VI 2019, sobota	13:00-15:00	Blok warsztatowy:	Dom Pomocy

	13:00-16:00	<ul style="list-style-type: none"> • Chwasty i kwiaty jadalne w kuchni polskiej – warsztaty, dr Małgorzata Kalemba-Drożdż • Wykonywanie doniczek z Byle Czego • Sadzenie roślin (lawenda i inne pozyskane sadzonki) • Nauka układania ciętych kwiatów sezonowych • Plecenie wianków z żywych kwiatów • Eko – biżuteria 	Spółecznej im. L. A. Helclów w Krakowie Kraków, ul. Helclów 2
15VI 2019 sobota	17:00	..”Gdzie się podziały tamte prywatki”.. potańcówka senioralna	Pl. Szczepański

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.