

Centrum Aktywności Seniorów „Siódemka Centrum”

adres: os. Oświecenia 7 lok.1 a

telefon: 722 -102-173

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00- 13:30
wtorek	10:00 – 14:00,
środa	9:30 – 11:40
czwartek	11:00- 14:00
piątek	8:00 – 11:00

OBOWIĄZUJE OD 1 lipca 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH lipiec– 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9:30 -10:30	Angielski podst. gr. I	8,15 nie ma zajęć
	10:30 -11:30	Angielski średni	8,15 nie ma zajęć
	11:30 -12:30	Angielski post. Gr.II	8,15 nie ma zajęć
	12:30 -13:30	Hiszpański	8,15 nie ma zajęć
Wtorek	10:00– 10:45	Gimnastyka usp. gr.I	
	10:45 – 11:30	Gimnastyka usp.gr.II	
	10:30 -12:00	malarstwo	W lipcu nie ma zajęć
	12:00 -14:00	Spotkania	gry stolikowe, spotkania

		seniorów, czas wg ich potrzeb.	dyskusyjne.
Środa	10:00 -11:30	taniec w kręgu, taniec liniowy.	W dniu 3 lipca zajęcia na Tysiąclecia 42 31 lipca nie ma zajęć.
Środa	9:00 -10:30	Nowe Technologie podstawa	Na CAS Młodzi duchem Dywizjonu 303/66 Zespół Szkół Ogólnokształcących
Czwartek	11:00 – 14:00	Dyżur	Wolontariat
piątek	8:30- 9:15 9:30 -10:15 10:15 -11:00	Nordik walking Fitness Pilates	
	14:00 – 15:30	Chór, emisja głosu	Zajęcia os. Tysiąclecia 42 Zajęcia odbędą się w lipcu tylko w dniu 3 lipca w środę. W piątki nie ma zajęć w lipcu.
	10:00-11:00	Nowe	Na CAS Młodzi duchem

		technologie Poziom średni	Dywizjonu 303
--	--	------------------------------	---------------

ZAJĘCIA DODATKOWE lipiec 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
9 wtorek	10:00 -13:00	Krakowianie wobec terroru Można zabrać kijki	Zbiórka godz. 10:00 Pl. Centralny
Sobota	12:45-13:30	Basen	6,13. W pozostałe soboty basen nieczynny Handlowe 4,

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy