

Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: 664-662-276,

722 -102-173

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	13:00 – 19:00
Wtorek	8:00 – 14:15
Środa	11:45 – 13:30, 14:00 – 16:00
Czwartek	9:00- 12:00
Piątek	11:30 – 15:30

O BOWIĄZUJE OD 1 lipca 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH lipiec– 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	13:00 -15:00	Plastyka/rękodzieło	
	16:00 -18:00	Nowe technologie poziom podstawowy (Tablety)	
	18:00 -19:00	Nowe technologie Konsultacje indywidualne	

Wtorek	8:00 – 8:45	Gimnastyka usp. gr.I	
	8:45 -9:30	Gimnastyka usp.gr.II	
	11:15 -12:15	j. angielski podstawa	
Wtorek	12:15 – 13:15	j. angielski poziom średni	9,16 nie ma zajęć
	13:15 – 14:15	język hiszpański	9,16 nie ma zajęć
Środa	11:50 – 13:20	taniec w kręgu, taniec towarzyski	Każde zajęcia po 45 min.
	14:00 – 16:00	nowe technologie poziom średni (tablety)	
Czwartek	9:00 – 10:00	Nordic walking	
	10:00 – 12:00	Spotkania integracyjne	
piątek	11:30 -12:15	Gimnastyka uspr. gr.I	
	12:15-13:00	Gimnastyka uspr. gr II	

	13:00 – 14:00	Spotkania integracyjne	
--	---------------	------------------------	--

ZAJĘCIA DODATKOWE lipiec 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
1.07 poniedziałek	9:00 -13:00	Wędrówka piesze Wzgórze Lasoty i kopiec Krakusa	Zbiórka godz. 9:00 CAS
Sobota	15:00 – 15:45	Basen	6,13 w pozostałe soboty basen nieczynny Handlowe 4
3.07 środa	9:30-14:00	Uroczyste otwarcie CAS	Godz. 12:00 Otwarcia dokona Pan Prezydent Jacek Majchrowski.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy