

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Czerwony

adres: **ul. Strzelców 5a w Krakowie**

(Szkoła Podstawowa nr 2 im. Św. Wojciecha)

kontakt – **tel.518-329-303 | 722 307 813**

E-mail: caspradnik@gmail.com

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12.00-16.00 w wakacje
wtorek	12.00-16.00 w wakacje
środa	12.00-16.00 w wakacje
czwartek	12.00-16.00 w wakacje
piątek	12.00-16.00 w wakacje

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 – 11.30	Nordic walking, 19, 26	Zbiórka przy szkole
	14.00 – 16.00	Kurs ogrodnicy 5, 12, 19, 26	Zbiórka przy wejściu do Ogrodu Botanicznego o 14.00
	14.30 - 16.00	Taniec w kręgu 19, 26	Duża sala gimnastyczna
	12.00 - 16.00	Kawiarenka	Sala D24/2
wtorek	13.00 – 15.00	Kurs plastyczny 13, 27	Sala D24/2
	14:30 – 16.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa 20, 27	Sala gimnastyczna
	12.00 - 16.00	Kawiarenka	Sala D24/2
środa	12.00 - 14.00	Jęz. angielski dla początkujących 7, 21	Sala D24
	12.00 – 14.00	Kurs florystyki 14	Sala D24
	14.00 - 14.45	I grupa - Gimnastyka korekcyjna. „Zdrowy kręgosłup” 14, 21, 28	Sala gimnastyczna
	15:00 – 15:45	II grupa - Gimnastyka korekcyjna. „Zdrowy kręgosłup” 14, 21, 28	
	12.00 - 16.00	Kawiarenka	Sala D24/2

czwartek	13.00 – 15.00	Kurs rękodzieła 1, 8, 22, 29	Sala D24
	14.30 - 16.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa 22 i 29	Sala gimnastyczna
	12.00 – 16.00	Kawiarenka	Sala D24/2
piątek	12.00 – 13.00	Spotkania organizacyjne – WOLONTARIAT 2, 9, 23, 30	Sala D24
	13.00 – 14:00	I grupa – Kurs komputerowy i urządzeń mobilnych. Podstawy 2, 9, 23, 30	Sala D12
	14.15-15.15	II grupa – Kurs komputerowy i urządzeń mobilnych. Dla znających podstawy. 2, 9, 23, 30	
	12.00 - 16.00	Kawiarenka	Sala D24/2

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2019:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13 sierpnia	10.00-11.00	Warsztaty wypieku obwarzanka.	Żywe Muzeum Obwarzanka. Ul. Paderewskiego 4, dojazd z Ronda Barei 152, 129
16 sierpnia	9.00 – 17.00	Wakacje na ROD`os (Rodzinne ogrody działkowe).	Zbiórka MDA stanowisko G27
23 sierpnia	7.00 -19.00	Wycieczka do Zamościa dla aktywnych członków.	Zbiórka parking Powiśle

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.