

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

OBOWIĄZUJE OD 16 sierpnia 2019**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH sierpień– 2019**

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	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	
	12:15 – 13:15	j. angielski poziom średni	
	13:15 – 14:15	język hiszpański	

Środa	11:50 – 13:20	taniec w kręgu, taniec towarzyski	7,14 nie ma zajęć
	14:00 – 16:00	nowe technologie poziom średni (tablety/smartfony)	
Czwartek	9:00 – 10:00	Nordic walking	29- kuchnia przyjazna naszej Ziemi.- prelekcja Joanny Malita-Król UJ
	10:00 – 12:00	Spotkania integracyjne	
piątek	11:30 -12:15	Gimnastyka stretching. gr.I	Gry planszowe, gra w karty itp.
	12:15-13:00	Gimnastyka stretching gr II	
	13:00 – 14:00	Spotkania integracyjne	

ZAJĘCIA DODATKOWE sierpień 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5.08 poniedziałek	9:00 -13:00	Wędrówki piesze - Kamieniołomy i Park Podgórski	Zbiórka godz. 9:00 CAS
Od 16 sierpnia do 31 sierpnia		Zapisy na wycieczkę autokarową do Ogrodzieńca w dniu 7.09.	Szczegółowy plan wycieczki wisi w CAS

30.08	19.30 NCK	Koncert Sonety Krymskie Moniuszki Wykonawcy: Chór Polskiego radia i orkierstra symfoniczna	Odbiór biletów darmowych w CAS Od 20.08 Anna Ilość biletów ograniczona,
-------	-----------	---	---

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy