

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	13.00 do 17.00
wtorek	13.00 do 17.00
środa	13.00 do 17.00
czwartek	13.00 do 17.00
piątek	14.00 do 18.00

OBOWIĄZUJE OD 19 WRZEŚNIA

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 - 11.30	Nordic walking 9,16, 23, 30	Zbiórka przy szkole
	14.00 - 16.00	Kurs ogrodniczy 2, 16	Zbiórka przy wejściu do Ogrodu Botanicznego o 14.00
	16.30 - 18.00	Taniec w kręgu 2, 9	Duża sala gimnastyczna
wtorek	13.00 - 17.00	Kawiarenka	Sala D24/2
	14.00 – 16.00	Zdrowy styl życia (Dieta, zioła, naturalne sposoby na...) – 3, 17	Sala D24/2
	13.00 -15.00	Kurs plastyczny 17, 24	Sala D24
	14:30 – 15.15	Gimnastyka ogólnorozwojowa 3, 10, 17, 24	Sala gimnastyczna
	13.00 - 17.00	Kawiarenka	Sala D24/2

środa	14.30 – 16.30	Jęz. angielski dla początkujących 11, 18	Sala D24
	14.30 – 16.30	Kurs florystyki 25	Sala D24
		Kawiarenka	Sala D24/2
czwartek	10.15 -11.00 11.05-11.50	Basen – AQUA PARK 26	Pierwsza grupa Druga Grupa
	14.00 - 16.00	Kurs rękodzieła 5, 12, 19	Sala D24
	14.00 – 15.00	Kurs Rękodzieła 26	Sala D24
	15.00 – 15.00	Kurs rękodzieła – WOLONTARIAT 26	Sala D24
	16.00 – 19.00	Fotografia 5, 12, 19, 26	Sala D24
	13.00 - 17.00	Kawiarenka	Sala D24/2
	14.00 - 15.00	Spotkania organizacyjne – WOLONTARIAT 6, 20, 27	Sala D24
15.00 -16:00	I grupa – Kurs komputerowy i urządzeń mobilnych. Podstawy 6, 20, 27	Sala D12 27 września temat Smartphone	
16.00 -17.00	II grupa – Kurs komputerowy i urządzeń mobilnych. Dla znających podstawy. 6, 20, 27		
10.00 – 13.00	Wycieczki po Krakowie z przewodnikiem (Zajęcia przygotowujące do turystyki) 27	Spotkanie przed katedrą i zwiedzanie katedry, krypt królewskich, dzwonu Zygmunta i Muzeum Katedralnego.	
14.00 - 18.00	Kawiarenka	Sala D24/2	

Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2019:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13 września - piątek	17.00 – 19.00	Spotkanie organizacyjne i integracyjne. (Działania administracyjne i organizacyjne).	Sala D24 (obowiązkowe)
13 września - piątek	18.00	„ Jednomysłność to nuda! ”- Galowy koncert Piwnicy pod Baranami.	Opera Krakowska Bilety u koordynatora.

19 września - czwartek	18.00	„Slajdowisko: Ukraina” - Spotkanie z dr Krystyną Słoczyńską poświęcone podróży na Ukrainę. Slajdowisko połączone z wykładem.	Filia nr 21 Czytelnia Naukowa ul. Królewska 59 – spotykamy się na miejscu
24 - 25 - 26 września 2019	Wyjazd 5.00	Wycieczka do Pragi (Czechy).	wyjazd z Krakowa ul. Powiśle 7 (parking autokarów Hotel Sheraton) o godz. 5.00 .
24 września - wtorek	17.00 – 22.00	Taneczne spotkania	Klub B4; Bracka4 – informacje u koordynatora.
25 września - środa	17.00	„Środek motka – moja okładka – etui na książkę” Zajęcia dla miłośników rękodziela, podczas których uczestnicy wykonają własną okładkę na książkę z biblioteki..	Filia nr 56 Oddział dla Dorosłych os. Zgody 7 – spotykamy się na miejscu.
27 września - piątek	8.00 – 18.00	Wycieczka do Ojcowa	wyjazd z Krakowa ul. Powiśle 7 (parking autokarów Hotel Sheraton) o godz. 7:45

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.