

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul.Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	9.00-13.00
środa	9.00-13.00
czwartek	9.00-13.00
piątek	9.00-13.00

OBOWIĄZUJE OD 1 października

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH październik 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-11.00	j.angielski	
	11.00-12.00	j.angielski	
	gr.I godz.16.00-17.00 gr..II godz.17.00-18.00	Kurs obsługi komputera	
wtorek	10.00-12.00	Gry stolikowe	Gry planszowe, szachy,
	10.00-11.00	Nordic Walking	Park Kościuszki obok Dworu Białoprądnickiego
środa	10.00-11.00	Trening pamięci dla Seniorów	Aktualnie brak wolnych miejsc
	16.00-19.00	Zajęcia brydżowe	ul.Pachońskiego 8
czwartek	10.00-12.00	Zajęcia plastyczne	
piątek	gr.I 16.00-17.00 gr.II 17.05-18.05	gimnastyka	
	14.00-18.00	Konsultacje komputerowe	Siedziba CAS ul.Pachońskiego 8

	10.00-12.00	Zajęcia stolikowe	Gry planszowe
--	-------------	-------------------	---------------

ZAJĘCIA DODATKOWE –Październik 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
18.10.2019 r.	Godz.10.00-11.00	Wykład i konsultacje na temat : Mikrobion czyli jak odżywianie wpływa na nasze zdrowie. Spotkanie prowadzi Bogumiła Stawowska-Cichowicz	ul. Pachońskiego 8
21.10.2019 r.	Godz.16.00-19.00	Turniej gier towarzyskich RUSZ GŁOWĄ - rozgrywki brydżowe	ul. Pachońskiego 8
23.10.2019 r.	Godz.16.00-19.00	Smaki lata zamknięte w słoikach -spotkanie integracyjne i degustacja przetworów domowych	ul. Pachońskiego 8

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.