

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: Zespół Szkół Ogólnokształcących Nr 14 os. Dywizjonu 303/66

telefon: 722 -102-173

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9:00- 13:45
Wtorek	8:45 – 14:30
Środa	9:00 – 11:30, 14:00 – 16:00
Czwartek	9:00 – 11:30, 15:00 – 17:00
Piątek	11:00 -15:00

OBOWIĄZUJE OD 1 października 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – październik 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9:30 -10:15	Gimnastyka zdrowy kręgosłup I gr.	
	10:15 -11:00	Gimnastyka zdrowy kręgosłup II gr	
	11:15 12:15	Niemiecki średni	
	12:15 – 13:15	Niemiecki podstawa	7, 14 zajęcia od 12:15 do 13:45
	11:00 – 12:00	Dyżur	Wolontariat

Wtorek	8:45 – 9:45	Angielski podstawa	
	9:45 – 10:45	Angielski średni	
	11:00 – 12:00 12:15 – 14:15	Nowe technologie średni poziom (smartfony) Malarstwo/rękodzieło	
Środa	9:00 -10:00	Nordic walking	Park AWF
	10:30 -11:30	Nowe technologie średni poziom (tablety)	
	14:15-15:45	Dyżur	Wolontariat
Czwartek	9:30 -11:00	Nowe technologie podstawa (smartfony)	
	11:15-13:15	Szyk i elegancja	3,10,17,31
	15:15 – 16:45	Taniec w kręgu	
	11:00 -11:45 11:45-12:30	Gimnastyka zdrowy kręgosłup 2 grupy	24 zajęcia dodatkowe
Piątek	13:00 – 14:00	Angielski podstawa	
	14:00 – 15:00	Angielski średni	

ZAJĘCIA DODATKOWE październik 2019

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
2 środa	11:30-13:30	Nasze sprawy, integracja	Wolontariat
sobota	12:45-13:30	Basen	Handlowe 4
1.10 wtorek	10-13	Wędrówki piesze Podziemia Krakowa Może wejść 10 osób	Zbiórka godz.10 Pl.Centralny koło apteki Ziko
27 niedziela	18:45	Kino Kijów Spektakl „Klimakterium”	Obowiązują zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy