

Centrum Aktywności Seniorów Fruwająca Ryba

adres: Klub Fruwająca Ryba, Os. Na Skarpie 35, 31-910 Kraków

koordynator: Liudmila Kokhanets, telefon: 794 387 527

e-mail: l.kokhanets@ukryteskrzydla.pl

Kawiarenka CAS czynna od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	10:00 - 14:00
Wtorek	9:00 – 14:00
Środa	10:00 – 14:00
Czwartek	9:00 – 14:00
Piątek	9:30 – 13:30

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – październik 2019

Obowiązuje od 1.10.2019

Dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9:15-10:15	Warsztaty komputerowe	Zajęcia edukacyjne
	10:15-11:15	Warsztaty komputerowe	Zajęcia edukacyjne
	11:30 12:30	Kurs języka angielskiego	Zajęcia edukacyjne
	12:30-13:30	Kurs języka angielskiego	Zajęcia edukacyjne
Wtorek	9:30 –10:15	Zajęcie taneczne – Salsa	Zajęcia rozwojowe
	10:30-11:15	Zajęcie taneczne - Salsa	Zajęcia rozwojowe
	11:30-12:30	Kurs języka rosyjskiego	Zajęcia edukacyjne
	12:30-13:30	Kurs języka rosyjskiego	Zajęcia edukacyjne
	17:00-18:30	Chór	Zajęcia rozwojowe
Środa	10:00-11:30	Nauka tenisa stołowego	Zajęcia edukacyjne
	11:30-13:00	Nauka tenisa stołowego	Zajęcia edukacyjne

	12:30-13:30	Warsztaty krawieckie	Zajęcia edukacyjne
	13:30-14:30	Warsztaty krawieckie	Zajęcia edukacyjne
Czwartek	10:00-13:00	Klub gier - gry stolikowe	Zajęcia rozwojowe
	14:00-14:45	Punkt Informacyjno - konsultacyjny dla Seniora	Zajęcia rozwojowe
	14:15-16:30	Warsztaty aktywizacyjne	10.10.2019 17:30 – 19:45
	16:30-17:30	Konsultacje pedagogiczne	10.10.2019 19:45 – 20:45
Piątek	9.30-10:15	Zdrowy kręgosłup Pilates	Zajęcia rozwojowe
	10:30-11:15	Zdrowy kręgosłup Pilates	Zajęcia rozwojowe
	11:30-12:30	Historia światowego kina	Zajęcia edukacyjne
	12:30-13:30	Historia światowego kina	Zajęcia edukacyjne

ZAJĘCIA DODATKOWE – październik 2019

Dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5.10.2019	9:00-17:00	Wycieczka do Rabki-Zdrój	
10.10.2019	17:30 – 20:30	Święto dyni	W ramach zajęć Warsztaty aktywizacyjne
17.10.2019	10:00 – 14:00	Turniej „Rusz głową”	

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.