



Centrum Aktywności Seniorów „AKTYWNI SENIORZY RAZEM”

adres: Kasprowicza 9a/1

telefon: +12 411 05 24, 509 084 820

e-mail: akademia@plineu.org

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 02.01.2020

(data dzienna)

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH - STYCZEŃ 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.15 – 10.15	j. angielski – poziom początkujący	Grupa zamknięta
poniedziałek	10.30 – 11.30	Spotkanie informacyjne, kawiarenka	zapowiedzi planowanych wydarzeń na I
poniedziałek	11.00-12.30	Kurs „popraw swój wygląd” od 13 I	Zajęcia ze stylistką
środa	10.15-11.15	Aquaerobic, Od 15 I	Zapisy CAS
czwartek	14.30 – 15.15	Tańce integracyjne z gimnastyką,	Zajęcia w Katolickim Domu Kultury im. Księdza Sapięhy, ul. Bobrowskiego 6,
piątek	10.00 – 11.00	Pilates, 3 I – kontynuacja, grupa I, od 10I – nowa grupa	Zapisy CAS

piątek	11.30 – 12.30	Język angielski – poziom komunikacyjny	konwersacje z treningiem poznawczym
--------	---------------	---	---

ZAJĘCIA DODATKOWE – STYCZEŃ 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
8 I	12.00- 13.30	Spotkanie liderów i osób chcących aktywnie wpływać na program CAS	Dla wszystkich chętnych
21 I	19.00	Wyjście do teatru, spektakl Miłość	
22 I	12.30	Wystawa szopek Krakowskich	ul. Lubicz 16

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.