

Centrum Aktywności Seniorów „Siódemka Centrum”

adres: os. Oświecenia 7 lok.1 a

telefon: 722 -102-173

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00- 13:00
Wtorek	10:00 – 13:00
Środa	8:30 – 12:30
Czwartek	10:30- 14:00
Piątek	9:00 – 12:30

OBOWIĄZUJE OD 13.01 2020

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH styczeń 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9:00 -10:00	Angielski podst. gr. I	Od 13 stycznia
	10:00 -11:00	Angielski średni	Od 13 stycznia
	11:00 -12:00	Angielski post. Gr.II	Od 13 stycznia
	12:00 -13:00	Hiszpański	Od 13 stycznia
Wtorek	10:00– 10:45	Gimnastyka usp. gr.I	Od 7 stycznia
	10:45-11:30	Gimnastyka usp.gr II	Od 7 stycznia
	8:30-10:00	Malarstwo	Od 7 stycznia Zmiana godziny
Środa	10:00 -11:30 I gr 11:30-12:15 II gr	taniec w kręgu, taniec liniowy.	Od 8 stycznia

	8:30 -10:00	Nowe Technologie podstawa (smartfony)	CAS, od 15 stycznia
Czwartek	10:00 – 14:00 11:00-14:00	Dyżur, sprzątanie Dyżur	2.01 Wolontariat
Piątek	9:30-10:15 10:15 -11:00	Fitness Pilates	Od 10 stycznia
	9:00-13:30	Dyżur, sprzątanie	3.01 wolontariat
	13:45 – 15:15	Chór, emisja głosu	Od 3.stycznia -CAS Tysiąclecia 42
	11:00 -12:00	Nowe technologie Poziom średni- smartfony	Od 10 stycznia

ZAJĘCIA DODATKOWE styczeń 2020

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
14 wtorek	10:00 -13:00	Wędrówki – Muzeum Mangha	Zbiórka Pl. Centralny 10:00 koło apteki Ziko

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy