



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **512 119 716**

e-mail: [casbronowice@gmail.com](mailto:casbronowice@gmail.com)

**Obowiązuje od 1 września 2020**

### Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	10.00-14.00	KAWIARENKA	<b>7,14,21,28.IX</b> Prowadzi wolontariusz Jest możliwość wypożyczenia kijów w CAS
	9.45 –11.15	Nordik walking	
<b>Wtorek</b>	12.30-16.30	KAWIARENKA	1.IX
	13.00-17.00	KAWIARENKA	Pozostałe dni miesiąca
	15.00-16.15	<b>Kurs komputerowy – nauka obsługi platformy ZOOM</b>	<b>1.IX</b>
	16.15-17.00	Gimnastyka ogólnousprawniająca	<b>1,8,15,22,29.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b> Ćwiczymy na trawniku
	13.30-16.00	Malarstwo i tkanina artystyczna	<b>8,15,22,29 IX.</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>

Środa	12.30-16.30	KAWIARENKA	<b>2.IX</b>
	9.00-13.00	KAWIARENKA	Pozostałe dni miesiąca
	15.00-16.15	<b>Kurs komputerowy – nauka obsługi platformy ZOOM</b>	<b>2.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>
	10.00-11.00	Trening umysłu	<b>9.IX</b>
	9.00-11.00		<b>16,23,30.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>
	11.00 12.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana Kurs języka angielskiego	<b>9,16,23,30.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>
12.00-13.00	Grupa podstawowa		
Czwartek	12.30-16.30	KAWIARENKA	<b>3.IX</b>
	13.00-17.00	KAWIARENKA	Pozostałe dni miesiąca
	15.00-16.15	<b>Kurs komputerowy – nauka obsługi platformy ZOOM</b>	<b>3.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>
	16.15-17.00	Gimnastyka korekcyjna	<b>3,10,17,24.IX</b> <b>Ćwiczymy na trawniku</b>

<b>Piątek</b>	12.30-16.30	KAWIARENKA	<b>4.IX</b>
	13.00-17.00	KAWIARENKA	Pozostałe dni miesiąca
	15.15-16.15	<b>Kurs komputerowy</b> <b>nauka obsługi platformy</b> <b>ZOOM</b>	<b>4.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>
	13.15-15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	<b>4,11,18,25.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>
	16.15-17.45	Taniec w kręgu	<b>11,18,25.IX</b> <b>Obowiązują zapisy na zajęcia</b>

**Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2020:**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
7,14,21,28.IX	13.00-14.00	Śpiewać każdy może – zajęcia wokalne	Prowadzi wolontariusz
7,14,21,28.IX	11.30-12.30	Rozmawiamy po niemiecku /poziom podstawowy/	Prowadzi wolontariusz
10.IX	11.00-12.00	<b>Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich</b> „Nieoczywiste legendy o Krakowie czyli czym możesz zaskoczyć wnuka”	Prowadzi wolontariusz

17.IX	11.00-12.00	<b>Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich</b> „pielęgnacja twarzy dla osób 60+”	Prowadzi wolontariusz
24.IX	11.00-12.00	<b>Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich</b> „Jesienna prace w ogrodzie”	Prowadzi wolontariusz
10,17,24 IX	12.30-15.30	Brydż i inne gry stolikowe	

**Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.**