



## Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

Biuro CAS zamknięte z powodu pandemii do odwołania.

Dyżury telefoniczne w godz. **10.00-14.00**

pod nr. tel. 515 281 211 lub 882 885 767

e-mail: [radosnysenior@interia.pl](mailto:radosnysenior@interia.pl)

**Decyzją Wojewody Małopolskiego działalność CAS zostaje czasowo zawieszona od 2 września 2020 r. do 13 września 2020 r. W tym czasie możliwe są jedynie zajęcia w trybie on-line**

**OBOWIĄZUJE OD 02 września 2020 r.**

### Harmonogram zajęć stałych – *WRZESIEŃ 2020 r.*

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
poniedziałek	9.00 – 11.00	Sekcja rowerowa (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.30 – 13.00	Brydż (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 – 14.30	Tenis stołowy (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.45 - 16.45	Gry logiczne i sprawnościowe	Zajęcia Online Skype
wtorek	9.00 - 11.30	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny.	Zajęcia Online Skype konwersacje.
	10.00 – 11.00	Prace w ogrodzie (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	11.00 – 13.00	Zajęcia ze zdrowego żywienia (Odwołane do 13.09.2020r.)	W altance Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	8.30 – 9.30	Gimnastyka (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.30 – 13.00	Brydż (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)

	15.00 – 17.00	Zajęcia praktyczno-techniczne (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
czwartek	10.00 – 12.00	Nordic Walking (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.30 – 11.30	Tenis stołowy (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	12.00 – 14.30	Zajęcia z języka angielskiego poziom komunikatywny. (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 - 14.00	Zajęcia poprawiające ogólną sprawność – ZUMBA (03.09.2020r. zajęcia odwołane z powodów zdrowotnych).	Zajęcia Online Skype
piątek	13.00 – 15.00	Zajęcia ze zdrowego żywienia (Odwołane do 13.09.2020r.)	W altance Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.00 – 17.00	Zajęcia praktyczno-techniczne (Odwołane do 13.09.2020r.)	Zajęcia plenerowe ul. Zamiejska 6 (Skośna)

### Zajęcia dodatkowe wrzesień 2020 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.