



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: casbronowice@gmail.com

Obowiązuje od 14 września 2020

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2020

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|---------------------|-------------|---|---|
| Poniedziałek | 10.00-14.00 | KAWIARENKA | Od 14.IX do 30.IX |
| | 9.45 –11.15 | Nordic Walking | 14,21,28.IX Prowadzi wolontariusz Jest możliwość wypożyczenia kijów w CAS |
| Wtorek | 13.00-17.00 | KAWIARENKA | Od 14.IX do 30.IX |
| | 15.00-16.15 | Kurs komputerowy – nauka obsługi platformy ZOOM | 1.IX |
| | 13.00-15.30 | Malarstwo i tkanina artystyczna | 15,22,29.IX Obowiązują zapisy |
| | 15.30-16.30 | Kurs komputerowy | 15,22,29.IX Obowiązują zapisy |
| | 16.15-17.00 | Gimnastyka ogólnousprawniająca | 8.IX na platformie ZOOM 15,22,29.IX Obowiązują zapisy |

| | | | |
|-----------------|-------------|--|--|
| Środa | 9.00-13.00 | KAWIARENKA | Od 14.IX do 30.IX |
| | 9.00-11.00 | Trening umysłu | 16,23,30.IX |
| | 11.00 12.00 | Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana | Obowiązują zapisy 9.IX na platformie ZOOM 16,23,30.IX |
| | 12.00-13.00 | Kurs języka angielskiego Grupa podstawowa | Obowiązują zapisy |
| Czwartek | 13.00-17.00 | KAWIARENKA | Od 14.IX do 30.IX |
| | 16.15-17.00 | Gimnastyka korekcyjna | 10.IX na platformie ZOOM 17,24.IX Obowiązują zapisy |
| Piątek | 13.00-17.00 | KAWIARENKA | Od 14.IX do 30.IX |
| | 13.15-15.15 | Rękodzieło z elementami florystyki | 11.IX na platformie ZOOM - odwołane 18,25.IX |
| | 15.15-16.15 | Kurs komputerowy | 18,25.IX Obowiązują zapisy |
| | 16.15-17.45 | Taniec w kręgu | 4,11.IX na platformie ZOOM 18,25.IX Obowiązują zapisy |

Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2020:

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|-----------------------------|-------------|---|-------------------------------|
| 4.IX | 9.45-11.45 | jak korzystać z platformy ZOOM – zajęcia praktyczne | Zajęcia na platformie ZOOM |
| 14,21,28.IX poniedziałek | 13.00-14.00 | Śpiewać każdy może – zajęcia wokalne | Prowadzi wolontariusz |
| 14,21,28.IX poniedziałek | 11.30-12.30 | Rozmawiamy po niemiecku /poziom podstawowy/ | Prowadzi wolontariusz |
| 17.IX czwartek | 11.00-12.00 | Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „pielęgnacja twarzy dla osób 60+” | Prowadzi wolontariusz |
| 24.IX czwartek | 11.00-12.00 | Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „Nieoczywiste legendy o Krakowie czyli czym możesz zaskoczyć wnuka” | Prowadzi wolontariusz |
| 17,24 IX czwartek | 12.30-15.30 | Brydż i inne gry stolikowe | |

Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.