



Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Czerwony

Adres - ul. Strzelców 5a w Krakowie
(Szkoła Podstawowa nr 2 im. Św. Wojciecha)

Kontakt – tel.518-329-303

E-mail:caspradnik@gmail.com

Od poniedziałku do piątku w godzinach od 10:00 – 14:00 jesteśmy do Państwa dyspozycji i udzielania wszelkiej pomocy przez email i telefonicznie

Od 2 września 2020 Zajęcia odbywają się online przez aplikację <https://zoom.us/download>

Na zajęciach stacjonarnych obowiązują reguły sanitarne zgodnie z wytycznymi MRPIPS oraz Państwowej Inspekcji Sanitarnej

https://drive.google.com/file/d/1EKqzy9h94XNTY3F1oEjLwUEzS_m4rUPI/view?usp=sharing

Od poniedziałku do piątku w godzinach od 10:00 – 14:00 koordynator jest do Państwa dyspozycji i udziela wszelkiej pomocy przez email i telefonicznie.

Obowiązuje od 01 października 2020

Harmonogram zajęć stałych – październik 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Link do formularza (lista obecności)
Poniedziałek 5,12,19,26	15.30-16.30	Język angielski – online (1h)	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
5,12,19,26,	16.50-17.50	Kurs fotograficzny – online (1h)	https://forms.gle/6vdoNg9GNPCAjpp38
Wtorek 6,13,20,27	10.15-11.00	BASEN-AQUA AEROBIC (1h)	https://forms.gle/ruRpwG2yuQcbD81c9
6,13,20,27	12.00-15.00	Kurs plastyczny – (3h) CAS	https://forms.gle/uXavEAWk3ihEJtpn8
6,13,20,27	15.30-16.30	Język angielski – online (1h)	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
6,13,20,27	15.00-17.00	Kurs rękodziela – CAS (1h)	https://forms.gle/SS9eK1FNtqv9689K6

6,13,20,27	17.00-18.00	Kurs komputerowy – Online (1h)	https://forms.gle/ThukXGia2dYvR2eK7
Środa 7,14,21,28	10.15-11.00	BASEN-AQUA AEROBIC (1h)	https://forms.gle/ruRpwG2yuQcbD81c9
7,21	13.00- 14.00	Zdrowy styl życia- CAS (1h)	https://forms.gle/GZxKjkveSY9iSpxV7
7,14,21,28	14.00-16.00	Kurs ogrodniczy- CAS (1h)	https://forms.gle/zQjwCeEHikRQwNaTA
7,14,21,28	15.30-16.30	Kurs języka angielskiego-online (1h)	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
7,14,21,28	17.00 -18.00	Kurs florystyczny – online (1h)	https://forms.gle/BkLSawKhWyhvJ55F7
Czwartek 1,8,15,22,29	10.15-11.00	BASEN-AQUA AEROBIC (1h)	https://forms.gle/ruRpwG2yuQcbD81c9
8,15,22,29	13.30-15.00	Nordic- CAS (2h)	https://forms.gle/DgpPsZkYPbYKVtav5
8,15	16.00-16,45	Gimnastyka ogólnorozwojowa – online (1h)	https://forms.gle/rchDdAqWGS eTkZWR6
8	8.00-20.00	Wycieczka do SZCZYRZYC z przewodnikiem	https://forms.gle/wtdX8spBKZQcwJvPA
22	8.00-20.00	Wycieczka do CIĘŻKOWIC z przewodnikiem	https://forms.gle/D5wkkAziqnr bnHzg8
29	10.00-17.00	Wycieczka – Park kulturowy NOWA HUTA z przewodnikiem	https://forms.gle/UfgFXS66MH PKtB9E6
Piątek 9,16,23	13.00-15.00	Przygotowanie do turystyki – CAS (2h)	https://forms.gle/HVCcpy52ieSxESkt5
9,16,23,30	15,30-16,30	Kurs języka angielskiego- CAS online (1h)	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
9,16,23,30	17.00-18.00	Kurs florystyczny – CAS online (1h)	https://forms.gle/BkLSawKhWyhvJ55F7
16	19.00-21.00	Wyjście do teatru Groteska	https://forms.gle/zTuHVh42z2CUXcv86

Uwaga !

Prosimy uczestników o samodzielne zapisy przez formularz, który automatycznie generuje listy obecności uczestników zajęć.

Prowadzący każdemu wyśle zaproszenie i hasło do uczestnictwa w zajęciach online.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.