



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

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

**Obowiązuje od 1 Października 2020**

**CAS Bronowice i Kawiarenka czynne w godzinach :**

<b>poniedziałek</b>	<b>11.00 – 15.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>13.00 – 17.00</b>
<b>środa</b>	<b>9.00-13.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>12.00 – 16.00</b>
<b>piątek</b>	<b>13.00 -17.00</b>

## Harmonogram zajęć stałych – październik 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	9.45 – 11.45	Nordik walking	5,12,19,26 X zajęcia prowadzi wolontariusz
	10.45 – 11.30	Aqua aerobik w basenie	5,12,19,26.X. Ul. Ludwinowska 11 Obowiązują zapisy
	12.30-15.00	Malarstwo i tkanina artystyczna	5,12,19,26.X Obowiązują zapisy
<b>Wtorek</b>	15.30 – 16.30	Kurs obsługi komputera i smartfona Grupa podstawowa	6,13,20,27.X Obowiązują zapisy
	16.15-17.00	Gimnastyka ogólnousprawniająca	6,13,20,27.X Obowiązują zapisy

<b>Środa</b>	9.00-11.00	Trening umysłu	7,14,21,28.X Obowiązują zapisy
<b>Czwartek</b>	10.00 -11.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana	8,15,22,29.X Obowiązują zapisy
	11.00-12.00	Kurs języka angielskiego Grupa podstawowa	8,15,22,29.X Obowiązują zapisy
	16.15 – 17.00	Gimnastyka korekcyjna	1,8,15,22,29.X Obowiązują zapisy
<b>Piątek</b>	13.15-15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	2,9,16,23,30.X Obowiązują zapisy
	15.15-16.15	Kurs obsługi komputera i smartfona Grupa zaawansowana	2,9,16,23,30.X Obowiązują zapisy
	16.15-17.45	Taniec w kręgu	2,9,16,23,30.X Obowiązują zapisy

### Zajęcia dodatkowe w październiku 2020:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5,12,19,26.X poniedziałek	11.30 -12.30	Rozmawiamy po niemiecku (poziom podstawowy)	Prowadzi wolontariusz
1.X Czwartek	11.00 – 12.00	Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „Jak przygotować ogród do zimy”	Prowadzi wolontariusz
8.X czwartek	7.30 – 18.00	Wycieczka autokarowa do Nowego Targu	Zwiedzanie zabytków z przewodnikiem i muzeum torfu

14.X środa	11.00-12.00	Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „co potrzeba psu do szczęścia”	Prowadzi wolontariusz
21.X środa	11.00-12.00	Bronowicka Akademia Umiejętności Wszelakich „przetwory na zimę z warzyw i owoców”	Prowadzi wolontariusz
1,8,15,22,29.X czwartek	12.30-15.30	Brydż i inne gry stolikowe	
29.X czwartek	12.00-13.00	Prelekcja „Jak pomóc ptakom przetrwąć zimę nie szkodząc im „	Prelekcje wygłosi ornitolog

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