



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 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_m4rUPl/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 16 października 2020

(data dzienna)

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – październik 2020

(miesiąc)

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Link do formularza (lista obecności)
Poniedziałek 5,12,19,26	15.30-16.30	Język angielski – online (1h) 2 wejścia po 30'	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
5,12,19,26,	16.50-17.50	Kurs fotograficzny – online (1h)	https://forms.gle/6vdoNg9GNPCAjpp38
Wtorek 6,13,	10.15-11.00	BASEN-AQUA AEROBIC (1h)	https://forms.gle/ruRpwG2yuQcbD81c9
6,13,	12.00-15.00	Kurs plastyczny – (3h) CAS	https://forms.gle/zdxz2qwd3RNvywGq6
20,27	12.00-14.00	Kurs plastyczny – (2h) – online 3 wejścia po 40'	https://forms.gle/zdxz2qwd3RNvywGq6
6,	15.30-16.30	Język angielski – online (1h) odwołane	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
6,13,	15.00-17.00	Kurs rękodziela – CAS (2h)	https://forms.gle/SS9eK1FNtqv9689K6
6,13,20,27	17.00-18.00	Kurs komputerowy – online (1h)	https://forms.gle/ThukXGia2dYvR2eK7

Środa 7,14	10.15-11.00	BASEN-AQUA AEROBIC (1h)	https://forms.gle/ruRpwG2yuQcbD81c9
7,	13.00- 14.00	Zdrowy styl życia- CAS (1h)	https://forms.gle/GZxKjkveSY9iSpxV7
21	13.00- 14.00	Zdrowy styl życia- online (1h) 2 wejścia po 30'	https://forms.gle/GZxKjkveSY9iSpxV7
7,14,	14.00-16.00	Kurs ogrodniczy- CAS (2h)	https://forms.gle/zQjwCeEHikRQwNaTA
21,28	14.00-16.00	Kurs ogrodniczy- online (2h) 3 wejścia po 40'	https://forms.gle/zQjwCeEHikRQwNaTA
7,	15.30-16.30	Kurs języka angielskiego- online (1h)	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
14,21,28	15.00-16.00	Kurs języka angielskiego- online (1h) 2 wejścia po 30'	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8
7,	17.00 -18.00	Kurs florystyczny – online (1h)	https://forms.gle/BkLSawKhWyhvJ55F7
14,21,28	16.00 -17.00	Kurs florystyczny – online (1h) 2 wejścia po 30'	https://forms.gle/BkLSawKhWyhvJ55F7
Czwartek 1,8,15,	10.15-11.00	BASEN-AQUA AEROBIC (1h)	https://forms.gle/ruRpwG2yuQcbD81c9
8,15	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
Piątek 9,	13.00-15.00	Przygotowanie do turystyki – CAS (2h)	https://forms.gle/HVCcpy52ieSxESkt5
23	13.00-15.00	Przygotowanie do turystyki – online (2h) 3 wejścia po 40'	https://forms.gle/HVCcpy52ieSxESkt5
9,16,23, 30	15.30-16.30	Kurs języka angielskiego- online (1h)	https://forms.gle/5aykY5Yrucei9eNL8

9,16,23,30	17.00-18.00	Kurs florystyczny – online (1h)	https://forms.gle/BkLSawKhWyhvJ55F7
------------	-------------	---	---

ZAJĘCIA DODATKOWE – październik 2020

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	link do listy obecności
Czwartek 8	8.00-20.00	Wycieczka do SZCZYRZYC z przewodnikiem	https://forms.gle/wtdX8spBKZQcwJvPA
Czwartek 23,30	16.00-17.30	Spotkanie integracyjne – online 2 wejścia po 40'	https://forms.gle/m4xyg9NN43ZedR1r8

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.