

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachońskiego 8
telefon: 578 775 119

Pozostajemy do Państwa dyspozycji w kontakcie telefonicznym.

Koordynator projektu pełni dyżur telefoniczny pod numerem tel.578 775 119 codziennie od poniedziałku do piątku .

OBOWIĄZUJE od 20 maja 2021
HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH maj 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-11.00 I grupa 11.30-12.30 II grupa	J .angielski	Na platformie ZOOM zajęcia: 10,17,24,31
wtorek	10.00-11.00	Spotkania z historią Krakowa	Na platformie ZOOM zajęcia 4, 11, 25 maja
	9.00-10.00	Gimnastyka korekcyjna	Plener od 11 maja zbiórka przy Dworku
	10.00 – 11.00	Nordic Walking	Plener od 11 maja zbiórka przy Dworku
	16.30-17.30	Zajęcia komputerowe	Na platformie ZOOM
środa	9.15 – 10.00	Joga twarzy zajęcia relaksacyjne	Na platformie ZOOM od 3 marca
	10.00-11.00	Trening Umysłu	Na platformie ZOOM
	12.00-13.00	Fitness	Online na grupie FB trenera od 12 maja
czwartek	9.30-10.30	Porozmawiajmy o zdrowiu	Na platformie ZOOM zajęcia 20 maja odwołane
	10.00-12.00	Plastyka :wykład i zajęcia warsztatowe	Na platformie ZOOM
piątek	10.00-11.00	Kawiarenka dla Seniora .Spotkania o różnej tematyce	Online na platformie ZOOM

Zajęcia dodatkowe: maj 2021

wtorek	25 maja godz.11.00	Spotkanie z przedstawicielami Straży Miejskiej , dotyczące zmiany w przepisach ruchu drogowego	Spotkanie na platformie cyfrowej
--------	--------------------	--	----------------------------------

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy