



**FUNDACJA
UKRYTE
SKRZYDŁA**

Centrum Aktywności Seniorów Fruwająca Ryba

adres: Klub Fruwająca Ryba, Os. Na Skarpie 35, 31-910 Kraków

koordynator: Liudmila Kokhanets, telefon: 794 387 527

e-mail: l.kokhanets@ukryteskrzydla.pl

Kawiarenka:

Poniedziałek, środa, piątek 10:00-14:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – maj 2021

Obowiązuje od 18.05.2021

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9:30-10:15	Aerobik Zajęcia ruchowe	od 24 maja Klub Fruwająca Ryba albo boisko obok XVI liceum
	10:30-11:15	Trening rozciągający Zajęcia ruchowe	od 24 maja Klub Fruwająca Ryba albo boisko obok XVI liceum
Wtorek	8:30 – 9:30	Język rosyjski	Online 2 wejścia po 30 min Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć
	11:00-12:00	Język angielski 1 grupa	Online 2 wejścia po 30 min Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć
	12:30-13:30	Język angielski 2 grupa	Online 2 wejścia po 30 min Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć
	18:00-19:30	Śpiewać każdy może Zajęcia wokalnointegracyjne	Klub Fruwająca Ryba
Środa	9:30-10:15	Aerobik Zajęcia ruchowe	od 26 maja Klub Fruwająca Ryba albo boisko obok XVI liceum
	10:30-11:15	Trening rozciągający Zajęcia ruchowe	od 26 maja Klub Fruwająca Ryba albo boisko obok XVI liceum

	12:00-13:00	Kurs obsługi komputera i urządzeń mobilnych	Online Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć
Czwartek	8:30 – 9:30	Język rosyjski	Online 2 wejścia po 30 min Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć Zajęcia z 6.05.2021 przeniesione na 7.05.2021
	11:00-13:00	Trening umysłu	Online Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć 6.05.2021 9:00-11:00
	13:00-13:45	Punkt informacyjno-integracyjny	Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu
	14:00-15:30	Warsztaty aktywizacyjne	Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu
	15:30-16:30	Konsultacje pedagogiczno-psychologiczne	Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.

ZAJĘCIA DODATKOWE –maj 2021

Dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Piątek	9:30-14:30	Wycieczka na Rynek Główny	Zwiedzanie muzeum

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.