



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

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

| | |
|--------------|-------------|
| poniedziałek | 10:00-14:00 |
| wtorek | 10:00-14:00 |
| środa | 10:00-14:00 |
| czwartek | 10:00-14:00 |
| piątek | 10:00-14:00 |

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – czerwiec 2021

Obowiązuje od 1.06.2021

| Dzień tygodnia | Godzina | Rodzaj zajęć | Uwagi |
|----------------|-------------|--|---|
| Poniedziałek | 9:30-10:15 | Aerobik Zajęcia ruchowe | Klub Fruwająca Ryba albo Boisko obok XVI liceum |
| | 10:30-11:15 | Trening rozciągający Zajęcia ruchowe | Klub Fruwająca Ryba albo Boisko obok XVI liceum |
| Wtorek | 10:00-11:00 | Język rosyjski | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu 1.06.2021 12:00-14:00 |
| | 11:15-12:15 | Język angielski 1 grupa | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |
| | 12:30-13:30 | Język angielski 2 grupa | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |
| | 17:00-18:00 | Miejsca święte na ziemi (zajęcia edukacyjne) | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |
| | 18:00-19:30 | Śpiewać każdy może Zajęcia wokально-integracyjne | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |
| Środa | 9:30-10:15 | Aerobik Zajęcia ruchowe | Klub Fruwająca Ryba albo Boisko obok XVI liceum |

| | | | |
|----------|-------------|---|--|
| | 10:30-11:15 | Trening rozciągający Zajęcia ruchowe | Klub Fruwająca Ryba albo Boisko obok XVI liceum |
| | 12:00-13:00 | Kurs obsługi komputera i urządzeń mobilnych | Klub Fruwająca Ryba albo |
| Czwartek | 9:00-11:00 | Trening umysłu | Online Przed każdymi zajęciami do wszystkich chętnych osób zostanie wysłany link do zajęć |
| | 12:00-13:00 | Język rosyjski | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |
| | 13:15-14:00 | Punkt informacyjno- integracyjny | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |
| | 14:00-15:30 | Warsztaty aktywizacyjne | Teren obok klubu Od 13.05.2021 |
| | 15:30-16:30 | Konsultacje pedagogiczno- psychologiczne | Klub Fruwająca Ryba albo teren obok klubu |

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.

ZAJĘCIA DODATKOWE – czerwiec 2021

| Dzień tygodnia | Godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------------|------------|-----------------------|-------------------|
| Piątek, 11.06.2021 | 9:30-14:00 | Wycieczka na Wawel | Zwiedzanie muzeum |

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.