



Centrum Aktywności Seniorów „Złota Jesień Hutnika”

adres - ul. Kaczeńcowa 7; Kraków

kontakt : 661 526 356
509 690 123 Iwona
691 607 399 Basia

e-mail: zlotajesienhutnika@gmail.com

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

OBOWIAZUJE OD 10 czerwca

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,21,28,	9 ⁰⁰ - 9 ⁴⁵	Gimnastyka- zdrowy kręgosłup (zajęcia rozwojowe- godz. lekcyjna)	us04web.zoom.us/j/77296417733?pwd=bUxXekt2dlFGdDBiMmdaZlV5OHpUUU09 hasło: 6Q6xpt
	18 ¹⁵ - 19 ¹⁵	Nauka języka angielskiego dla średniozaawansowanych (zajęcia edukacyjne)	Link zostanie wysłany do osób zainteresowanych, w dniu zajęć (platforma zoom)
Poniedziałek 14,21,28	16 ⁰⁰ - 17 ³⁰	Ruszaj głową – trening umysłu (zajęcia rozwojowe-2 godz. lekcyjne)	https://us05web.zoom.us/j/7850072768?pwd=dzZhRG54d2F1cEswNkhSdmN5RXE5UT09 hasło: B6EnXQ
Poniedziałek 21,28	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Aerobik w wodzie (zajęcia rozwojowe-2 godz. lekcyjne)	Park Wodny , zbiórka godz. 10.50 (zapisy u koordynatora)
Wtorek 1,8,15,22,29	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Obsługa komputera dla każdego- (zajęcia edukacyjne)	https://meet.google.com/mfx-vvzx-igu

Wtorek 8,15,22,29	17 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	Nauka języka angielskiego dla początkujących (Zajęcia edukacyjne)	http://meet.google.com/pdy-qvih-riy
Środa 2,9,16,23,30	11 ⁰⁰ - 11 ⁴⁵	Gimnastyka ogólnorozwojowa (zajęcia rozwojowe- godz. lekcyjna)	Zajęcia hybrydowe - siedziba CAS ul. Kaczeńcowej 7 lub on-line us04web.zoom.us/j/77296417733?pwd=bUxXekt2dlFGdDBiMmdaZlV5OHpUUU09 hasło: 6Q6xpt
	12 ⁰⁰ -13 ³⁰	Warsztaty manualne dekoracje ze sznurka, wlny lub papieru (zajęcia rozwojowe-2 godz. lekcyjne)	Zajęcia w siedzibie CAS ul. Kaczeńcowej 7
Środa 9,16,23,30	10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	Kawiarenka -spotkania	w siedzibie CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 10,17,24	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Nowe technologie (smartfony , tablety) (zajęcia edukacyjne 2 godziny)	Zajęcia w siedzibie CAS ul. Kaczeńcowej 7
	12 ⁰⁰ -13 ³⁰	Spacer z kijkami – Nordic Walking (zajęcia rozwojowe-2 godz. lekcyjne)	zbiórka na ul. Kaczeńcowej 7 (siedziba CAS)
Piątek 4,11,18,25	9 ⁰⁰ - 9 ⁴⁵	Gimnastyka ogólnorozwojowa (zajęcia rozwojowe- godz. lekcyjna)	us04web.zoom.us/j/77296417733?pwd=bUxXekt2dlFGdDBiMmdaZlV5OHpUUU09 hasło: 6Q6xpt
Piątek 11	11 ³⁰ - 14 ³⁰	Spacer Lasek Wolski (zajęcia rozwojowe-4 godz. lekcyjne)	Zbiórka na przystanku autobusowym 134 Cracovia Stadion -godz. 11.20
Piątek 18	11 ³⁰ - 14 ³⁰	Spacer Kopiec Piłsudskiego (zajęcia rozwojowe-4 godz. lekcyjne)	Zbiórka na przystanku autobusowym 134 Cracovia Stadion -godz. 11.20
Piątek 25	12 ⁰⁰ - 13 ³⁰	Wyjście w plener (zajęcia rozwojowe-2 godz. lekcyjne)	Informacje o miejscu zbiórki na bieżąco.

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2021r

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
3.06.20 21	19.30	KONCERT Muzyki Wiedeńskiej- Teatr Słowackiego	Szczegółowe informacje u koordynatorów

Chęć uczestnictwa w zajęciach można zgłaszać wysyłając przed zajęciami e-mail na adres: zlotajesienhutnika@gmail.com lub sms do koordynatora.