

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul.Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30-13.30
wtorek	9.30-13.30
środa	9.30-13.30
czwartek	9.30-13.30
piątek	9.30-13.30

OBOWIĄZUJE OD 1 lipca

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Lipiec 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-11.00 I gr. 11.30-12.30 II gr.	J .angielski	Zajęcia stacjonarne
wtorek	9.00-10.00	Gimnastyka korekcyjna	Zajęcia w plenerze , pod Dworkiem
	10.00-11.00	Nordic Walking	Zbiórka pod Dworkiem
	11.30-12.30	Kawiarenka Seniora	Spotkania stacjonarne
	12.00-13.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Zajęcia stacjonarne

środa	9.15 – 10.00	Joga twarzy zajęcia relaksacyjne	Na platformie ZOOM
	10.00-11.00	Trening umysłu	Na platformie ZOOM
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	Zajęcia stacjonarne
czwartek	10.00-12.00	Plastyka :zajęcia warsztatowe	Zajęcia stacjonarne
piątek	10.00-12.00	Wokół Plant Krakowskich <i>/16.07.21/</i>	Spotkania z historią Krakowa <i>wyklady w plenerze</i>
	10.00-12.00	Wokół Rynku Podgórskiego <i>23.07.21</i>	
	13.00-15.00	Konsultacje <i>/komputerowe/</i>	Stacjonarnie – wolontariat

ZAJĘCIA DODATKOWE Lipiec 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
8 lipca	8.30-16.30	Wycieczka do Zalipia i Hebdowa	Zbiórka na parkingu sklepu LIDL ul. Pachońskiego 5

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.