

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul.Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119

adres mejlowy : cas.pradnikbialy@gmail.com

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 2 sierpnia

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Sierpień 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-11.00 I gr.	J .angielski	Zajęcia stacjonarne
	11.30-12.30 II gr.		
wtorek	9.00-10.00	Gimnastyka korekcyjna	Zajęcia od 10 sierpnia
	10.00-11.00	Nordic Walking	Zajęcia od 10 sierpnia
	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	Zajęcia online tylko 25 sierpnia
	10.00-11.00	Trening umysłu	Zajęcia online tylko 25 sierpnia
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	Zajęcia stacjonarne
czwartek	10.00-12.00	Plastyka :zajęcia warsztatowe	Zajęcia stacjonarne
piątek	10.00-12.00	Wokół ulicy Grzegórzeckiej <i>6 .08.21</i>	Spotkania z historią Krakowa <i>wyklady w plenerze</i>
	10.00-12.00	<i>Wokół Rynku Dębnickiego</i> <i>20.08.21</i>	
	12.00-14 00	Konsultacje /komputerowe/	Stacjonarnie – wolontariat

ZAJĘCIA DODATKOWE Sierpień 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
27 sierpnia	8.00-17.00	Wycieczka do Tarnowa	Zbiórka na dworcu głównym PKP w Krakowie

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.