



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: [cas1bronowice@gmail.com](mailto:cas1bronowice@gmail.com)

### Kawiarenka czynna

<b>poniedziałek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>środa</b>	<b>13.00-17.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>piątek</b>	<b>8.30 – 12.30</b>

**Obowiązuje od 2.08.2021**

### Harmonogram zajęć stałych – sierpniu 2021

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	15.00 -17.30 9.30 – 12.	Malarstwo i tkanina artystyczna	2,VIII zajęcia w lokalu CAS  13,30.VIII Zajęcia na platformie ZOOM
	19.00 -19.45	Joga Twarz	2,9,16,23,30.VIII Zajęcia na platformie ZOOM
<b>wtorek</b>	9.00 -10.30	Nordic walking	<b>.17,24,31.VIII</b> <b>Zbiórka przed siedzibą CAS</b>
	16.15-17.00	Gimnastyka ogólnousprawniająca	3,10,17,24,31.VIII Zajęcia na platformie ZOOM
<b>Środa</b>	11.00-12.30	Trening umysłu	11,18.VIII Zajęcia na platformie ZOOM

<b>czwartek</b>	16.15 – 17.00	Gimnastyka korekcyjna	5,12,19,26.VIII <i>Zajęcia na platformie zoom</i>
	19.00-19.45	Joga twarzy	5,12,19,26.VIII <i>Zajęcia na platformie zoom</i>
<b>Piątek</b>	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	6.VIII <b>Zajęcia w siedzibie CAS</b> 13,20,27.VIII <i>Zajęcia na platformie ZOOM</i>

### Zajęcia dodatkowe sierpniu 2021

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
wtorek 3.VIII	9.00 – 18.00	Wycieczka autokarowa do Czernej i Paczułowic	Zbiórka o godz.9.00 na parkingu przy KS Bronowianka
5.VIII	15.00	Spotkanie „Bezpieczny Kraków”	
Sobota 7.VIII	11.00-12.00	Zwiedzanie Pałacu Krzysztofory Gr II	
Wtorek 10.VIII	9.00 – 18.00	Wycieczka do Lanckorony	Zbiórka o godz.9.00 na parkingu przy KS Bronowianka
Wtorek 17.VIII	11.00-13.00	Zwiedzanie Pałacu Książąt Czartoryskich	
17.VIII	15.00-19.00	Spotkanie integracyjne na pożegnanie lata	
Poniedziałek 2,9,16,23,30.VIII Czwartek 5,12,19,26.VIII	10.00-14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz

**Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.**