

**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 13 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	Wokół Rynku Dębnickiego <i>20.08.21</i>	
	12.00-14 00	Konsultacje /komputerowe/	Stacjonarnie – wolontariat

### ZAJĘCIA DODATKOWE Sierpień 2021

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
13 sierpnia	16.30-17.30	Zwiedzanie Pałacu Krzysztofory z przewodnikiem	Zbiórka w holu Muzeum Krakowa Rynek Główny 35
24 sierpnia	8.00-17.00	Wycieczka do Tarnowa	Zbiórka na dworcu głównym PKP w Krakowie
27 sierpnia	Godz.16.30	Zwiedzanie Pałacu Krzysztofory z Przewodnikiem	Zbiórka przed kasami Muzeum Krakowa Pałac Krzysztofory

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*