



Centrum Aktywności Seniorów Pracownia Kulturalna

adres - Ul. Bagrowa 80/43

kontakt – tel. 784 545 453

e-mail biuro@pracowniakulturalna.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00-20:00
wtorek	08:00-13:00
środa	08:00-11:00 13:00-14:00
czwartek	11:00-15:00
piątek	10:00-14:00

OBOWIĄZUJE OD 24.01.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – styczeń 2022

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	17:00-18:00	Taniec użytkowy	Obowiązują zapisy Zajęcia w plenerze lub na Sali ul. Bagrowa 80/43
wtorek	08:00-10:00	Kącik porad – sprawy codzienne	Informacja i zapisy w CAS
	10:00-11:00	Historia ze sztuką – gr początkująca	Spotkania z przewodnikami
	11:00-12:00	Historia ze sztuką - gr. zaawansowana	Spotkania z przewodnikami
środa	09:00-10:00	Język angielski dla początkujących on-line	Angielski z lektorem https://meet.google.com/qjb-vfuu-dfu-bez-26.01
	12:00-13:00	Nordicwalking z gimnastyką	Uwaga 26.01 Nordicwalking o 13:00

czwartek	10:00-11:00	Małopolska w plenerze	Spotkanie w plenerze z przewodnikiem spotkania w terenie górzysto-spacerowym. Obowiązkowo dobre buty, plecak, herbatka bez 06.01
	11:00-12:00	Kraków w obiektywie	Spotkanie w plenerze z fotografem Informacja i zapisy w CAS, bez 06.01, bez 13.01
	13:30-14:30	Joga	Joga z gimnastyką bez 06.01
	14:30 -15:30	Warsztaty plastyczne /rękodzielnicze	Rękodzieło/Glina/Decupage,/malarstwa bez 06.01
piątek	11:45-12:45	Pilates	Pilates/pilates dna miednicy Zapisy: 784 545 453, biuro@pracowniakulturalna.pl

Zajęcia dodatkowe w *Styczeń 2022:* *miesiąc*

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
7.01.2022 piątek	19:30	Teatr Stary- wyjście biletowane	Nowa Scena ul. Jagiellońska 1 Artefakty Miry Mańki zabawnie opowiadający o patriotycznej, kolekcjonerskiej manii księżnej Izabeli.
8.01.2022 sobota	19:30		
9.01.2022 niedziela	18:00		
19.01.2022	09:00-10:00	Szydełkowanie Międzypokoleniowe	Materiały na miejscu, warto zabrać wnuki, dzieci
10.01.2021	10-12:00	Synagoga + cmentarz żydowski	Zapisy u Miłki
26.01.2021	12:00-13:00	Trening koncentracji– Aktywny Senior	Obowiązują zapisy
27.01.2021	15:30-17:30	Międzypokoleniowo Gry stolikowe i karty	