

**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 9 lutego**

**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Luty 2022**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00 grupa początkująca O	J .angielski	Zajęcia stacjonarne 7,14,21,28 luty
	10.00-11.00 I grupa średnio zaawansowana		
	11.30-12.30 II grupa zaawansowana		
	16.30-17.30	Zajęcia komputerowe gr. zaawansowana	Pracownia komputerowa SP stacjonarne: 7,14,21,28 luty

	17.30-18.30	Zajęcia komputerowe grupa początkująca	komputerowa SP stacjonarne: 7,14,21,28 luty
wtorek	16.30-17.30	Gimnastyka korekcyjna	Sala gimnastyczna :1,8,15,22 luty
	17.30-18.30	Fitness	Sala gimnastyczna :1,8,15,22 luty
	12.00-13.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Stacjonarnie : 1,8,15,22 luty .Zajęcia ul.Pachońskiego 8
środa	11.30-12.30	Kawiarenka Seniora	Spotkania stacjonarne
	9.15 – 10.00	Joga twarzy zajęcia relaksacyjne	Zajęcia online : 2, 9,16,23 lutego
	10.00-11.00	Trening umysłu	Zajęcia online : 2, 9,16,23 luty
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	Zajęcia stacjonarne :2,9,16,23 luty
czwartek	9.30-10.30	Porozmawiajmy o zdrowiu	Wykłady online 10,17,24 luty
	10.00-12.00	Plastyka :zajęcia warsztatowe	zajęcia stacjonarne : 3,10,17,24 luty

piątek	12.00-14 00	Konsultacje /komputerowe/	Stacjonarnie : 4,11, 18 luty <i>wolontariat</i>
	10.00 -12.00	Wykłady historyczne w plenerze: Pitaval Krakowski czyli szlakiem zbrodni i zagadek kryminalnych <i>25 luty 2022 r.</i>	

### ZAJĘCIA DODATKOWE Luty 2022

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
9 luty 2022 r.	14.00-15.00	Zwiedzanie Centrum Utopii- Międzynarodowego Centrum Empatii	Spotkanie po wcześniejszym zgłoszeniu telefonicznych, os.Szkolne 26
23 luty 2022 r.	12.00-16.00	Turniej Brydżowy w ramach cyklicznych spotkań organizowanych przez CAS Renesans / RUSZ GŁOWĄ	Ul. Pachońskiego 8 / CAS ,sala do prowadzenia kursów.
22 luty 2022 r.	19.00	Wyjście do Teatru Ludowego Scena Pod Ratuszem na spektakl WSTYD	Ilość biletów ograniczona

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*