



## 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>12.00 -16.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>środa</b>	<b>11.00-15.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>10.00 -14.00</b>
<b>piątek</b>	<b>12.00 – 16.00</b>

**Obowiązuje od 9.02.2022**

### Harmonogram zajęć stałych – LUTY 2022

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	9.00 -9.45	Gimnastyka ogólnousprawniająca	7,14,21,28.II <b>Zajęcia na platformie ZOOM</b>
	12.00 – 12.45	Aqua aerobik	7,14,21,28.II Basen ul. Ludwinowska 11
<b>wtorek</b>	10.00 -11.30	Nordic walking	1,8,15,22.II Zbiórka przed wejście do siedziby CAS
	18.00 – 18.45	Trening pamięci	1,8,15,22.II <b>Zajęcia na platformie ZOOM</b>

<b>Środa</b>	9.00 -10.00	Kurs języka angielskiego Grupa podstawowa	2,9,16,23.II Zajęcia na platformie ZOOM
	10.00-11.000	Grupa zaawansowana	
	11.00 – 12.00	Grupa średnio zaawansowana	
	12.00 – 14.00	Tkanina artystyczna	2,23..II Zajęcia w siedzibie CAS
	12.00 – 14.00	Malarstwo	9.16.II Zajęcia na platformie ZOOM
<b>czwartek</b>	9.30.-10.30	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	3,10,17,24.II Zajęcia na platformie ZOOM
	16.15 – 17.00	Pilates	3,10,17,24.II Zajęcia na platformie ZOOM
<b>Piątek</b>	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	4,11,18.II Zajęcia na platformie ZOOM 25.II Zajęcia w siedzibie CAS
	13.15 – 15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	4,11,18,25.II Zajęcia w siedzibie CAS
	15.30 -17.00	Taniec w kręgu	4,11,18,25.II Zajęcia na platformie ZOOM

### Zajęcia dodatkowe w lutym 2022

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 1,8,15,22.II	10.00 – 14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz w siedzibie CAS

Wtorek 22.II	11.00.-13.00	Zwiedzanie Muzeum Rydlówka z przewodnikiem	Zbiórka O godz.10.55 przed wejściem do Muzeum ul. Wł. Tetmajera 28.obowiązują wcześniejsze zapisy u koordynatora
Środa 2.II	17.00 -18.30	Prelekcja pt „Historia okularów”	Prowadzi wolontariusz <b>Spotkanie on-line na platformie ZOOM</b>
16.II	17.- 18.30	Prelekcja pt „Historia roweru ”	Spotkanie prowadzi wolontariusz <b>Spotkanie on-line na platformie ZOOM</b>
23.II	10.00-.12.00 12.00-14.00	TURNIEJ RUSZ GŁOWĄ KRZYŻÓWKI	Turniej odbywa się w siedzibie CAS ul. Na Błonie 15b
23.II	10.00 -14.00	Spacer z przewodnikiem „pierścieniem parków Prokocimia : park Rżąka, Park Aleksandry, park Lili Wenedy, park Jerzmanowskich „	Zbiórka o godz.10.00 na przystanku MPK „Prokocim- Szpital.”
Czwartek 3,10,17,24,31.II	10.00 -14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz
Czwartek 3,10,17,24,31.II	10.30 -12.00	Rozmawiamy po niemiecku	<b>Spotkanie on-line na platformie ZOOM</b>

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