



## Centrum Aktywności Seniorów BRONOWICE

Kraków ul. Na Błonie 15 b

Tel. 605 261 515

cas1bronowice@gmail.com

### CAS i kawiarenka czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	11.00 -15.00
wtorek	10.00 – 14.00
środa	11.00 – 15.00
czwartek	10.00 – 14.00
piątek	11.00 – 15.00

### OBOWIĄZUJE OD 7.03.2022

### Harmonogram zajęć stałych – marzec

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00 -9.45	Gimnastyka ogólnousprawniająca	<b>7,14,21,28.III</b> <b>Zajęcia online</b> <b>na platformie ZOOM</b>
	12.00 -12.45	Aqua-aerobik	<b>7,14,21,28.III</b> Basen ul. Ludwinowska 11
Wtorek	10.00 –11.30	Nordic walking	<b>1,8,15,22,29.III</b> <b>Zbiórka przed siedzibą</b> <b>CAS</b>

Wtorek	18.00 -18.45	Trening pamięci	<b>1,8,15,22,29.III</b> <b>Zajęcia online</b> <b>na platformie ZOOM</b>
środa	10.00 – 11.00	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	<b>2,9,16,23,30.III</b> <b>Zajęcia online</b> <b>na platformie ZOOM</b>
	11.30-13.30	Tkanina artystyczna	<b>2,30.III</b> <b>Zajęcia w siedzibie CAS</b>
czwartek	11.30 – 13.30	malarstwo	<b>9,23.III</b> <b>Zajęcia online</b> <b>na platformie ZOOM</b>
	9.00 -10.00	Kurs języka angielskiego grupa podstawowa	<b>3,10,17,24,31.III</b> <b>Zajęcia online</b> <b>na platformie ZOOM</b>
	10.00 -11.00	Kurs języka angielskiego grupa zaawansowana	
	11.00 -12.00	Kurs języka angielskiego grupa średnio zaawansowana	
piątek	16.15 – 17.00	pilates	<b>3,10,17,24,31.III</b>  <b>Zajęcia online</b> <b>na platformie ZOOM</b>
	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	<b>4.III</b> <b>Zajęcia w siedzibie CAS</b> <b>11,18,25.III</b> <b>Zajęcia online</b> <b>Na platformie ZOOM</b>
	13.00 -15.00	Rękodzieło z elementami florystyki	<b>4,11,18,25.III</b> <b>Zajęcia w siedzibie CAS</b>
	15.30 -17.00	Taniec w kręgu	<b>4,11,18,25.III</b> <b>Zajęcia w siedzibie CAS</b>

## Zajęcia dodatkowe w marcu 2022

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 1,8,15,22,29.03 Czwartek 3,10,17,24,31.03	10.00 - 14.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz
Wtorek 1.03	19.00	Koncert w ICE Koncerty Chopinowskie	Obowiązują zapisy u koordynatora
Wtorek 1.03	19.00	Spektakl pt „Dyplom z miłości” Scena przy ul. Straszewskiego	Obowiązują zapisy u koordynatora
Wtorek 8.03	11.15	Zwiedzanie wystawy w Krzysztoforach z przewodnikiem	Zbiórka przed Krzysztoforami godz.11.05, obowiązują zapisy u koordynatora
Wtorek 22,29.03	11.00 -13.00	Warsztaty filcowania	<b>Zapisy u koordynatora, koszt 20 zł od osoby (zakup materiałów1)</b>
Środa 16.03	17.00 -18.30	Prelekcja pt „ Codzienne życie Żydowskiej kobiety „	<b>Spotkanie na platformie ZOOM</b>
Środa 2,9,16,23,30.03	9.00 – 10.00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz <b>Spotkanie na platformie ZOOM</b>

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*