

**Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały**

adres: Kraków ul. Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119

adres mejlowy : [cas.pradnikbialy@gmail.com](mailto: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

**O BOWIĄZUJE OD 1 kwietnia**

**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Kwiecień 2022**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00 grupa początkująca O	J .angielski	Zajęcia 4,11,25 kwietnia
	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: 11,25 kwietnia
	17.30-18.30	Zajęcia	komputerowa SP

		komputerowe grupa początkująca	stacjonarne: 11,25 kwietnia
wtorek	9.15-10.00	Joga twarzy	Zajęcia online : 5,12,19,26 kwietnia
	16.30-17.30	Gimnastyka korekcyjna	Sala gimnastyczna :5,1 2,19,26 kwietnia
	17.30-18.30	Fitnesss	Sala gimnastyczna :5,1 2,19,26 kwietnia
	12.00-13.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	Stacjonarnie :5,12,1 9,26 kwietnia
środa	11.30-12.30	Kawiarenka Seniora	Spotkania stacjonarne 6,13,20,27 kwietnia
	10.00-11.00	Trening umysłu	6,13,20,27 kwietnia
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	Zajęcia 6,13,20,27 kwietnia
czwartek	9.30-10.30	Porozmawiajmy o zdrowiu	Wykłady online : 7,14,28 kwietnia
	10.00-12.00	Plastyka :zajęcia warsztatowe	zajęcia stacjonarne : 7, 21,28 kwietnia
	12.00-14 00	Konsultacje /komputerowe/	Stacjonarnie : 1,15

			kwietnia <i>wolontariat</i>
piątek	10.00 -12.00	Wykład historyczny w plenerze: Wokół Nowego Kleparza 22 kwietnia/	

### ZAJĘCIA DODATKOWE Kwiecień 2022

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
21 kwietnia 2022 r.	1630-19.30	Spotkanie świąteczne Z jajkiem i śledzikiem	

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*