

Centrum Aktywności Seniorów Bieńczyce

adres - os. Kościuszkowskie 2A

Szkoła Mistrzostwa Sportowego Marcina Gortata

kontakt – tel. 575-361-492

e-mail fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	14:00 - 18:00
wtorek	14:00 - 18:00
środa	14:00 - 18:00
czwartek	14:00 - 18:00
piątek	14:00 - 18:00

OBOWIĄZUJE OD 01.04.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2022

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.30 - 11.30	Kurs obsługi smartfonów zajęcia 4.04., 11.04., 25.04.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Kawiarenka zajęcia 4.04., 11.04., 25.04..	ZAJĘCIA STACJONARNE
wtorek	9.15 - 10.00	Joga twarzy zajęcia 5.04., 12.04., 19.04., 26.04.	ZAJĘCIA ONLINE

	13.30 - 14.30	Gimnastyka korekcyjna <i>zajęcia 5.04., 12.04., 19.04., 26.04.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.30 - 15.30	Fitness <i>zajęcia 5.04., 12.04., 19.04., 26.04.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
środa	10.00 - 10.45	Gimnastyka online <i>zajęcia 6.04., 13.04., 20.04., 27.04.</i>	ZAJĘCIA ONLINE
	11.30 - 12.30	Trening pamięci <i>zajęcia 6.04., 13.04., 20.04., 27.04.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.00 - 16.00	Zajęcia plastyczne - wykład wprowadzający oraz warsztaty praktyczne <i>zajęcia 6.04., 13.04., 20.04., 27.04.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek	11.00 - 12.00	Porozmawiajmy o zdrowiu - wykłady z zakresu naturoterapii, refleksologii i aromatoterapii <i>zajęcia 7.04., 21.04., 28.04</i>	ZAJĘCIA ONLINE
	15.00 - 17.00	Warsztaty florystyczne <i>zajęcia 7.04., 21.04., 28.04</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Gry stolikowe <i>zajęcia 7.04., 14.04., 21.04., 28.04</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

piątek	8.00 - 9.00	Język angielski - grupa od podstaw zajęcia 1.04., 8.04., 22.04., 29.04.	ZAJĘCIA ONLINE
--------	-------------	--	----------------

Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2022:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
4.04.2022	17.00	Spotkanie świąteczne	Zapisy w CAS-ie
22.04.2022	12.00 - 14.00	Wykład historyczny w plenerze - Wokół Nowego Kleparza	Zapisy w CAS-ie

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.