



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: cas1bronowice@gmail.com

Kawiarenka czynna

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 1.06.2022

Harmonogram zajęć stałych –

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9.00 -9.45	Gimnastyka ogólnousprawniająca	6,13,20,27.VI Zajęcia na platformie ZOOM
	12.00 – 12.45	Aqua aerobik	6,13,20,27.VI Basen ul. Ludwinowska 11
	15.30 – 17.00	Taniec w kręgu	6,13,20,27.VI Zajęcia na platformie ZOOM
	19.00 -19.45	Joga twarzy	6,13,20,27.VI Zajęcia na platformie ZOOM
wtorek	10.00 -11.30	Nordic walking	7,14,21,28.VI Zbiórka przed wejście do siedziby CAS

	18.00 – 18.45	Trening pamięci	7,14,21,28.VI Zajęcia na platformie ZOOM
Środa	10.00 – 11.00	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	ZAJĘCIA ODWOŁANE
	11.30 – 13.30	Tkanina artystyczna	1,22,29.VI Zajęcia w siedzibie CAS
	11.30 – 13.30	Malarstwo	8,15,VI Zajęcia na platformie ZOOM
czwartek	9.00 -10.00	Kurs języka angielskiego Grupa podstawowa	2,9,23,30.VI Zajęcia na platformie ZOOM
	10.00-11.000	Grupa zaawansowana	
	11.00 – 12.00	Grupa średnio zaawansowana	
	16.15 – 17.00	Pilates	2,9,23,30.VI Zajęcia na platformie ZOOM
	19.00 -19.45	Joga twarzy	2,9,23,30.VI Zajęcia na platformie ZOOM
Piątek	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfonu	3.VI Zajęcia w siedzibie CAS 10,17,24.VI Zajęcia na platformie ZOOM

	13.15 – 15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	3,10,17,24.VI Zajęcia w siedzibie CAS
--	---------------	------------------------------------	--

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2022

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 7.06	9.00 – 19.00	WYCIECZKA DO NOWEGO WIŚNICZA, KORYZNÓWKI ,LIPNICY MUROWANEJ	Zapisy u koordynatora
Wtorek 7,14,21,28.06	10.00 – 14.00	Brydż	Prowadzi wolontariusz w siedzibie CAS
Wtorek 28.06	9.00 -19.00	WYCIECZKA DO KIELC	W programie zwiedzanie GEONATURA, zwiedzanie Muzeum Zabawek Zapisy u koordynatora
Środa 1,8.06	17.00 -19.00	Zajęcia „jak być asertywnym”	Spotkanie w siedzibie CAS
Środa 1,8,15,22,29.06	8.45 – 9.45	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz Spotkanie na platformie ZOOM

Czwartek 2,9,23,30.06	10.00 -14.00	Bridż	Prowadzi wolontariusz Zajęcia w siedzibie CAS
Piątek 15.06	19.30	KONCERT Fabio Biondi	ICE
Piątek 24.06	11.00	Zwiedzanie wystawy „Romantyczny Malczewski”	Zapisy u koordynatora Koszt biletu 15.00 zł od osoby
Niedziela 26.06	19.00	TEATR WSPÓŁCZESNY Spektakl pt „Seks po krakowsku”	Zapisy u koordynatora Koszt biletu 50 .00zł od osoby

Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.