

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 01.06.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2022

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.30 - 11.30	Kurs obsługi smartfonów <i>zajęcia 6.06., 13.06., 20.06., 27.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Kawiarenka <i>zajęcia 6.06., 27.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
wtorek	9.15 - 10.00	Joga twarzy <i>zajęcia 7.06., 14.06., 21.06., 28.06.</i>	ZAJĘCIA ONLINE

	13.30 - 14.30	Gimnastyka korekcyjna <i>zajęcia 7.06., 14.06., 21.06., 28.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.30 - 15.30	Fitness <i>zajęcia 7.06., 14.06., 21.06., 28.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
środa	10.00 - 10.45	Gimnastyka online <i>zajęcia 1.06., 8.06., 15.06., 22.06., 29.06.</i>	ZAJĘCIA ONLINE
	11.30 - 12.30	Trening pamięci <i>zajęcia 1.06., 8.06., 15.06., 22.06., 29.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.00 - 16.00	Zajęcia plastyczne - wykład wprowadzający oraz warsztaty praktyczne <i>zajęcia 1.06., 8.06., 15.06., 22.06., 29.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek	11.00 - 12.00	Porozmawiajmy o zdrowiu - wykłady z zakresu naturoterapii, refleksologii i aromatoterapii <i>zajęcia 2.06., 23.06., 30.06.</i>	ZAJĘCIA ONLINE
	15.00 - 17.00	Warsztaty florystyczne <i>zajęcia 2.06., 9.06., 23.06., 30.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Gry stolikowe <i>zajęcia 2.06., 9.06., 30.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

piątek	8.00 - 9.00	Język angielski - grupa od podstaw zajęcia 3.06., 10.06., 17.06., 24.06.	ZAJĘCIA ONLINE
--------	-------------	---	----------------

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2022:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10.06.2022	10.00 - 12.00	Wykład historyczny w plenerze - Historia Prądnika Białego	Zapisy w CAS-ie, spotkanie przed wejściem do Dworku Białoprądnickiego
24.06.2022	10.00 - 13.00	Wykład historyczny w plenerze - Szlakiem krakowskiej secesji	Zapisy w CAS-ie
28.06.2022	11.00 - 12.00	Wyjście do Muzeum Narodowego na wystawę „Malczewski romantyczny”	Zapisy w CAS-ie

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.