

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

telefon: 722-102 173

e-mail: lokomotywa@gmail.com

facebook: fundacjalokomotywa

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9:00 – 13:00
Wtorek	9:00 -13:00, 17:00 -18:30
Środa	9:00 -13:00
Czwartek	8:30 – 12:30
Piątek	10:00 -11:00, 16:30 -18:30

OBOWIĄZUJE OD 13 grudnia 2022**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH grudzień 2022**

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 5,12	16: 30 -17:15	Zumba zajęcia taneczne	CAS – korytarz szkolny
Poniedziałek 19	17:00 -17:45 I gr 17:45 -18:30 II gr	Pilates	
Poniedziałek 5	11:20 – 12:50	Język angielski Poziom średni	CAS
Poniedziałek 5,12,19	9:00 -11:00	Prace w glinie, malarstwo	CAS
Poniedziałek 12,19	11:00 -13:00	Dyżur, dekorowanie Sali	Wolontariat
Wtorek 6,13,	10:00 -10:45	Gimnastyka	CAS

Wtorek 20	10:00 – 12:00	Koncert chóru „Harfa”	DDPS Szkolne 20,
Wtorek 6,13,20,27	11:00 -14:00	Dyżur	CAS
Środa 7	10:20 -11:20 11:20- 12:20	Angielski podstawa Hiszpański	CAS Wolontariat
Środa 7,21	9:00 -9:45	Gimnastyka	CAS
Środa 21,28	10:00-13:00	Dyżur, sprzątanie,	CAS Wolontariat
Czwartek 1,8,22,	8:30-9:15	Gimnastyka	CAS
Czwartek 8	12:15	Seans filmowy „Jednym głosem”	Kino pod Baranami sala Ul. Rajska 12 Małopolski Ogród Sztuki Bilety koordynator
Czwartek 1,8	12:45 -13,45	Nowe technologie Smartfony	CAS
Czwartek 1,8	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS – korytarz szkolny
Czwartek 15	12:00 -13:00 13:00 – 15:00	Przygotowania Spotkanie oplatkowe	CAS Tysiąclecia 42 Wolontariat + koncert kolęd Chór „Harfa”
Czwartek 22,29	8:00 -12:00	Dyżur	CAS Wolontariat

Czwartek 15	17:00 -18:00	Koncert kolęd Chór „Harfa”	Rada Dzielnicy XIV
Piątek 2,9 16	10:00 – 11:00 10:00 -11:00	Nowe technologie	CAS 16 zajęcia w wolontariacie
Piątek 2, 9 16	17:00 -17:45 I grupa 17:45 -18:30 I grupa 17:00 -17:45	Pilates	CAS

Zajęcia dodatkowe grudzień 2022

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota 10	13:00 -15:00	Koncert chóru Harfa dla osób niedowidzących	Restauracja „ Piastowska”
Środa 14	12:00	Koncert dla Seniorów	ICE Bilety od 28.11 koordynator

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy