

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

OBOWIĄZUJE OD 13 stycznia 2023**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Styczeń 2023**

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	16:30 -17:15	Zumba zajęcia taneczne	CAS – korytarz szkolny 9,16 zajęcia odwołane
Poniedziałek	11:20 – 12:50	Język angielski Poziom średni	CAS
Poniedziałek	9:00 -11:00	Zajęcia plastyczne, filcowanie	CAS
Wtorek	8:30 – 9:15	Gimnastyka	CAS
Wtorek	16:30 -18:00	Czas Seniora – gry planszowe, karty itp.	CAS Od 17.01
Wtorek 17,31	11:00 -15:00 31.01	Wędrówki piesze – dawne fortyfikacje wojskowe	Zbiórka 11:00 Barbakan Zapisy Ryszard 17 zajęcia odwołane

Środa	10:20 -11:50	Angielski podstawa	CAS
	11:50- 12:50	Hiszpański	
Środa	8:30 -9:15	Nordik walking	Zbiórka przed CAS
Czwartek	8:30-9:15	Gimnastyka	CAS
Czwartek	12:15 -14:15	Nowe technologie Smartfony	CAS
Czwartek	14:15 -15:15	Zajęcia pomocowe „Cyfrowe SOS”	CAS
Czwartek	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS – korytarz szkolny
Piątek	10:00 – 11:00	Nowe technologie Gr. Zaawansowana	CAS
	11:00 -12:00	Gr. początkująca	
Piątek	17:00 -17:45	Pilates	CAS 13 zajęć odwołane

Zajęcia dodatkowe styczeń 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
15 Niedziela	18:00	Świątowe Jasełka –kolędy i pastorałki W wykonaniu osób, które pochodzą z różnych stron świata np. Peru, Filipin, Australii,Syrii, Kuby, Meksyku itd	NCK Wstęp wolny

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy