

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 01.02.2023

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – luty 2023

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	12.30 - 13.30	Kurs obsługi smartfonów <i>zajęcia 6.02., 13.02., 20.02, 27.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
wtorek	11.30 - 12.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody - wykłady i warsztaty <i>zajęcia 7.02., 14.02., 21.02., 28.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

	15.00 - 17.00	Kawiarenka <i>zajęcia 7.02., 14.02., 21.02., 28.02.</i>	
środa	11.30 - 12.30	Trening pamięci <i>zajęcia: 8.01., 15.02., 22.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.30 - 13.15	Joga twarzy <i>zajęcia 8.01., 15.02., 22.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	13.30 - 14.15	Gimnastyka I grupa <i>zajęcia: 1.02., 8.01., 15.02., 22.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.30- 15.15	Gimnastyka II grupa <i>zajęcia: 1.02., 8.01., 15.02., 22.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek	14.00 - 16.00	Zajęcia plastyczne - wykład wprowadzający oraz warsztaty praktyczne <i>zajęcia: 2.02., 9.02., 16.02., 23.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Warsztaty florystyczne <i>zajęcia: 2.02., 9.02., 16.02., 23.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Gry stolikowe <i>zajęcia: 2.02., 9.02., 16.02., 23.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

piątek	9.00 - 10.00	Język angielski <i>zajęcia: 3.02., 10.02., 17.02., 24.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	13.30 - 14.30	Fitness <i>zajęcia: 3.02., 10.02., 17.02., 24.02.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

Zajęcia dodatkowe w lutym 2023:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
17.02.2023	11.00	Zwiedzanie Muzeum Dominikanów z przewodnikiem	Informacje w CAS
20.02.2023	13.30	Spotkanie z robotami PHOTON i GENIBOT - Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka os. Kościuszkowskie 2A	Informacje w CAS

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.