



**FUNDACJA
UKRYTE
SKRZYDŁA**

Centrum Aktywności Seniorów Fruwająca Ryba

adres: Klub Fruwająca Ryba, Os. Na Skarpie 35, 31-910 Kraków

koordynator: Liudmyla Kokhanets, telefon: 794 387 527

e-mail: l.kokhanets@ukryteskrzydla.pl

Kawiarenka: Poniedziałek, piątek 10:00-14:00

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-14:00
wtorek	10:00-14:00
środa	10:00-14:00
czwartek	10:00-14:00
piątek	10:00-14:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – luty 2023

Obowiązuje od 20.02.2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	10:00-11:00	Język angielski 1 grupa	Klub Fruwająca Ryba
	11:05-12:05	Język angielski 2 grupa	Klub Fruwająca Ryba albo
	12:00-14:00	Warsztaty krawieckie	Klub Fruwająca Ryba
Wtorek	10:00-11:30	Aktywny senior	Klub Fruwająca Ryba
	11:45-13:15	Śpiewać każdy może	Klub Fruwająca Ryba
Środa	10:00-10:45	Aerobik Zajęcia ruchowe	Klub Fruwająca Ryba albo Boisko obok XVI liceum
	11:00-11:45	Trening rozciągający Zajęcia ruchowe	Klub Fruwająca Ryba albo Boisko obok XVI liceum
	11:00-13:00	Kurs obsługi komputera i urządzeń mobilnych	Klub Fruwająca Ryba

Czwartek	10:00-11:30	Tenis stołowy	Klub Fruwająca Ryba
	11:30-13:00	Klub gier stolikowych	Klub Fruwająca Ryba
	14:00-15:30	Warsztaty aktywizacyjne	Klub Fruwająca Ryba 2.02.2023 zajęcia odwołane 16.02.2023 17:00-20:00 Zabawa Karnawałowa 23.02.2022 13:00-14:30
Piątek	10:00-11:30	Gra w brydża	Klub Fruwająca Ryba

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.

ZAJĘCIA DODATKOWE – luty 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
9.02.2023	10:00	Wycieczka do Muzeum Narodowego	Wystawa Tamary Łempickiej
10.02.2022	18:00-20:00	Wieczór Walentynkowy	Os. Na Skarpie 35

Na wszystkich zajęciach obowiązuje lista obecności.