



Centrum Aktywności Seniorów „Renesans”

adres: ul. Młyńska Boczna 7

telefon: 660 065 729

e-mail: grazyna.konieczna@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10 – 12 i 17 - 20
wtorek	10 – 14 i 18 - 20
środa	10 – 15.30
czwartek	10 – 14
piątek	10 – 14

Harmonogram zajęć stałych marzec 2023

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10 - 12	Kawiarenka	6.03 Edukacja prozdrow. 10-12 13.03 Edukacja prawna 10-12 20.03 J. angielski 10-14 27.02 Eduk. ekologiczna 10-12
	17 - 18	Szkolenie z samoobrony	Obowiązują zapisy mailem Od 13.03 -ul. Dobrego Pasterza 116
	18 - 20	Muzykoterapia ruchowa	Obowiązują zapisy. Zajęcia na ul. Brackiej
wtorek	10 - 14	Brydż	Obowiązują zapisy 14.03 turniej brydża
	18 - 20	Bilard	Obowiązują zapisy
środa	10 – 11.45	Kółko Teatralne	Obowiązują zapisy.
	11.45 – 15.30	J. angielski 2 grupy	Obowiązują zapisy.

czwartek	10 - 13	Zajęcia muzyczne	10-11 edukacja muzyczna 12-13 podstawy choreografii
	13 - 14	Nordic Walking	Instruktarz
	13- 14	Gry stolikowe	Obowiązują zapisy
piątek	10 - 12	J. angielski	10.03 zaj. przeniesione na 20.03
	12 - 14	J. angielski konwersacje	Obowiązują zapisy. 10.03 zajęcia przeniesione na 20.03

Zajęcia dodatkowe marzec 2023

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
07.03	12	Edukacja ginekologiczna	Online – szczegóły w CAS Renesans
1, 8 i 15.03	12-14	Warsztaty plastyczne	Obowiązują zapisy
8.03	-	Wystawa - Kobiety które budowały Kraków	UMK Pl. Wszystkich Świętych. Wstęp wolny
8.03	12	Porady dietetyczek	Szpital im.S.Żeromskiego Os. Na Skarpie 66
10.03	11	Czułym Okiem warsztaty fotograficzne	MuFo-Rakowicka 22, cena 5 zł. Obowiązują zapisy – info w CAS
11.03	11 do 13	Krako-wianki warsztaty kreatywne	Os. Centrum A bl. 6A Klub Jędrus. Obowiązują zapisy – info w CAS
7 i 23.03	17	Helena Rubinstein – mecenas polskich artystów	Żydowskie Muzeum Galicja

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy