

## Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42  
telefon: 722 102 173  
watchesaap 722 102 173  
e-mail: mscasy@poczta.fm

### CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	11:30 -14:30, 17:30 -18:30
Wtorek	8:30 – 14:00
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	9:30- 13:00
Piątek	12:30 -17:00, 7.04 CAS jest nieczynny

**OBOWIAZUJE OD 1 Kwietnia 2023**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Kwiecień 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	12:00 -13:00 13:00 – 14:00	Nowe technologie poziom zaawansowany Poziom podstawowy	CAS
Poniedziałek	17:45-18:30	Zumba	CAS
Poniedziałek 17	9:00 -11:30	Wędrówki piesze- Wzdłuż Wisły, Jacht Klub Polski	Zbiórka 9:00 -9:15 Pl. Centralny koło Apteki Zico. Zapisy Ryszard 515 771 067
Wtorek	8:30 -10:00	Kawiarenka Seniora Gry planszowe, karty	CAS

Wtorek	10:00 -10:45 10:45 -11:30	Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr	CAS
Wtorek	11:30 -12:30	Cyfrowe SOS	CAS
Wtorek	12:30 -14:00	Warsztaty wokalne, chór	CAS <b>18.04 nie ma zajęć.</b>
Środa	9:00 -11:00	Nowe technologie Smartfony	CAS
Środa	12:00-13:30	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS
Środa 12	16:00 – 18:00	Spotkanie Wiosenne, Jajeczko	CAS Wolontariat
Czwartek  <b>13</b>	9:45-10:30 10:30 -11:15  16:00 -16:45 16:45- 15:30	Gimnastyka I grupa Gimnastyka II grupa  Gimnastyka I grupa Gimnastyka II grupa	CAS
Czwartek 6,20,27 13	11:15 -13:15  15:30-16:30	Zajęcia proekologiczne JestemEko	CAS
Czwartek 27	16:30 – 17:30 17:30 -18:30 18:30 – 19:30	j. angielski podstawa j.hiszpański j.angielski średni	CAS Odrabiamy za 7.07
Piątek	12:45 -13:45 13:45 -14:45 14:45 -15:45	j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni	CAS 7.04 nie ma zajęć
Piątek	16:00 -17:00	Dyżur	CAS Wolontariat 7.04 nie ma dyżuru

## Zajęcia dodatkowe kwiecień 2023

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<b>Sobota</b> <b>1,15,22,29</b>	<b>12:45 -</b> <b>13:30</b>	<b>Basen</b>	<b>Handlowe 4</b>
<b>Piątek</b> <b>28</b>	<b>9:00 -11:00</b>	<b>Centrum Edukacji Klimatycznej „Bądź Eko w swoim mieście”</b>	<b>Zbiórka 8:30 koło Barbakanu</b>
<b>Środa</b> <b>5.04</b>	<b>10:00 -</b>	<b>Forum Seniora w Audytorium Maximum UJ</b>	<b>Tylko dla osób, które się zapisaly.</b>
<b>Środy</b> <b>5,19,26</b>	<b>11:00 -</b> <b>12:00</b>	<b>Koncerty Capella Cracoviensis Aula Akademii Sztuk Pięknych, bilety w cenie 5 zł</b>	<b>Link do zakupu</b> <a href="https://www.eventim.pl/artist/capellacracoviensis">https://www.eventim.pl/artist/capellacr acoviensis</a> <b>lub w punktach Media Markt</b>
<b>Czwartek</b> <b>6</b>	<b>7:00 -8:00</b>  <b>11:00-13:00</b>	<b>Odbiór produktów i przygotowywanie paczek żywnościowych Wydawanie paczek</b>	<b>CAS Wolontariat</b>

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*