



## Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: [casbronowice@gmail.com](mailto:casbronowice@gmail.com)

### Kawiarenka czynna

<b>poniedziałek</b>	<b>11.00 - 15.00</b>
<b>wtorek</b>	<b>11.00 - 15.00</b>
<b>środa</b>	<b>11.00 - 15.00</b>
<b>czwartek</b>	<b>11.00 - 15.00</b>
<b>piątek</b>	<b>11.00 - 15.00</b>

**Obowiązuje od 12 kwietnia 2023**

### Harmonogram zajęć stałych – KWIECIEŃ 2023

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek</b>	12.15 – 13.00	Aqua aerobik	3,17,24.IV Basen ul. Ludwinowska 11
	15.45 – 17.15	Taniec w kręgu	3,17,24.IV Zajęcia w budynku Szkoły ul. Na Błonie 15 b
<b>Wtorek</b>	16.10 – 15.40	Trening Umysłu	18,25.IV Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
<b>Środa</b>	9.45 – 10.45	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	12,19,26.IV Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 12.30	Nordic walkong	5,12,19,26.IV Zbiórka przed siedzibą CAS

<b>Środa</b>	11.00-11.45	pilates	5,12,19,26.IV Ul. Ludwinowska 11
	13.00 -15.00	Tkanina artystyczna	5,19.IV Zajęcia w siedzibie CAS
	16.00 -18.00	malarstwo	12,26.IV Zajęcia w siedzibie CAS
<b>Czwartek</b>	9.00 -10.00 10.00 -11.00 11.00 -12.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana Grupa średnio zaawansowana Grupa podstawowa	<b>13,20,27.IV</b> Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	15.30 -16.15	gimnastyka	<b>13,20,27.IV</b> Zajęcia w siedzibie CAS
<b>Piątek</b>	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfona	14,21,28.IV Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
	13.00 – 15.00	Rękodzieło z elementami florystyki	14,21,28.IV Zajęcia w siedzibie CAS

### Zajęcia dodatkowe w KWIETNIU 2023

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 3,17,24.IV	10.00 -11.00	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz
poniedziałek	11.00-13.00 3,17,24..IV	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz
Wtorek 4.IV	16.30 -18.30	Warsztaty pt Kiedy manipulacja ma się dobrze – jak manipulanci wykorzystują nasze pragnienia i kompleksy.	Zajęcia w siedzibie CAS

Środa 19.IV	16.30 -18.30	Warsztaty pt Starzec się z godnością czyli czym dla Ciebie jest radość życia i skąd czerpać inspiracje i pozytywne nastawienie	Zajęcia w siedzibie CAS
Sobota 15.IV	18.30	Balet „Pan Twardowski”	
Sobota 29.IV	10.00	Zwiedzanie Muzeum Dominikanów Trzecia grupa	Zapisy u koordynatora

**Na wszystkie zajęcia obowiązują telefoniczne zapisy u koordynatora.**