



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: casbronowice@gmail.com

Kawiarenka czynna

poniedziałek	11.00 - 15.00
wtorek	11.00 - 15.00
środa	11.00 - 15.00
czwartek	11.00 - 15.00
piątek	11.00 - 15.00

Obowiązuje od 17 kwietnia 2023

Harmonogram zajęć stałych – KWIECIEŃ 2023

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	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
Wtorek	16.10 – 15.40	Trening Umysłu	18,25.IV Zajęcia w siedzibie CAS + hybrydowo
Środa	9.45 – 10.45 10.00 -12.00	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	12,IV 19,26.IV Zajęcia w siedzibie CAS
	11.00 12.30	Nordic walkong	5,12,19,26.IV Zbiórka przed siedziba CAS

Środa	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
Czwartek	9.00 -10.00	Kurs języka angielskiego Grupa zaawansowana	13 IV Zajęcia w siedzibie CAS
	10.00 -11.00	Grupa średnio zaawansowana	+ hybrydowo
	11.00 -12.00	Grupa podstawowa	
	9.00 -11.00	Grupa zaawansowana	27.IV
	11.00 – 13.00	Grupa średnio zaawansowana	Zajęcia w siedzibie CAS
13.00 -15.00	Grupa podstawowa	+ hybrydowo	
	15.30 -16.15	gimnastyka	13,20,27.IV Zajęcia w siedzibie CAS
Piątek	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 KWIECIEŃNIU 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
Wtorek 18.IV	10.00 – 12.30	Udział w Grze Miejskiej Z BRONOWIC DO KRAKOWA	Zapisy u koordynatora do 14.04.
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.