

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119

adres mejlowy : cas.pradnikbialy@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30-13.30
wtorek	9.30-13.30
środa	9.30-13.30
czwartek	9.30-13.30
piątek	9.30-13.30

OBOWIĄZUJE OD 1 czerwca

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Czerwiec 2023

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00 grupa początkująca O	J .angielski	Zajęcia: 5,12,19,26 czerwca
	10.00-11.00 I grupa średnio zaawansowana		
	11.30-12.30 II grupa zaawansowana		
wtorek	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody	Zajęcia : 6,13,20,27 czerwca

	16.00-16.45	Gimnastyka korekcyjna gr.I	6,13,20,27 czerwca
	17.00-17.45	Gimnastyka korekcyjna gr.II	6,13,20,27 czerwca
	14.00-15.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	zajęcia: 6,13,20,27 czerwca
środa	9.15-10.00	Joga twarzy	Spotkania : 7,14,21,28 czerwca
	10.00-11.00	Trening umysłu	Spotkania : 7,14,21,28 czerwca
	11.00 -12.00	Kawiarenka Seniora	Spotkania : 7,14,21,28 czerwca
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	Spotkania : 7,14,21,28 czerwca
czwartek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne	Spotkania: 1,15,22,29 czerwca
	16.30-17.30	Zajęcia komputerowe grupa zaawansowana	Spotkania: 1,15,22,29 czerwca
	17.30-18.30	Zajęcia komputerowe grupa początkująca	Spotkania: 1,15,22,29 czerwca
piątek	10.00-12.00	Konsultacje /komputerowe/	Spotkania: 2,16,30 czerwca

ZAJĘCIA DODATKOWE

Czerwiec 2023

dzień tygodnia	godzina	Rodzaj zajęć	uwagi
14 czerwca środa	17.00	Spektakl międzypokoleniowy Młodsza JA	MDK i.A. Bursy os. Tysiąclecia 15 Mistrzejowice
30 czerwca piątek	11.00	Zwiedzanie Dworku Matejki w Krzesławicach, spacer do tężni przy Zalewie Nowohuckim	Spotkanie przy dworku o godz.10.50

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.