

## Centrum Aktywności Seniorów „Super Senior”

adres: os. Tysiąclecia 42

telefon: **722 102 173**

whatsapp 722 102 173

e-mail: [mscopy@poczta.fm](mailto:mscopy@poczta.fm)

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

Poniedziałek	11:30 -14:30;17:00 -18:30
Wtorek	11:30- 13:00, 15:00 – 18:30
Środa	8:30 -13:30
Czwartek	8:00- 12:00
Piątek	12:30 -16:30,

### O BOWIĄZUJE OD 1 Lutego 2024

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Luty 2024

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<b>Poniedziałek</b>	<b>12:00 -13:00</b>	<b>Nowe technologie</b>	<b>CAS</b>
	<b>13:00- 14:00</b>	<b>Poziom zaawansowany</b> <b>Poziom podstawowy</b>	
<b>Poniedziałek</b> <b>26.02</b>	<b>10:00-12:00</b>	<b>Spotkania podróżnicze</b> <b>„Poznaj świat”</b>	<b>CAS</b>
<b>Poniedziałek</b>	<b>17:15-18:00</b>	<b>Zumba</b>	<b>CAS</b>
<b>Wtorek</b>	<b>12:00 -13:00</b>	<b>Cyfrowe SOS</b>	<b>CAS</b>
<b>Wtorek</b>	<b>15:00 -15:45</b>	<b>Gimnastyka I gr</b>	<b>CAS</b>
	<b>15:45-16:30</b>	<b>Gimnastyka II gr</b>	

<b>Wtorek</b>	<b>17:00 -18:30</b>	<b>Warsztaty wokalne, chór</b>	<b>CAS</b>
<b>Środa</b>	<b>9:00 -11:00</b>	<b>Nowe technologie Smartfony</b>	<b>CAS</b>
<b>Środa</b>	<b>12:00-13:30</b>	<b>Taniec w kręgu, taniec liniowy</b>	<b>CAS</b>
<b>Środa</b> <b>7.02</b>	<b>16:00 -20:00</b>	<b>Potańcówka</b>	<b>CAS wolontariat</b>
<b>Czwartek</b>	<b>9:00-10:00</b>	<b>Zajęcia plastyczne</b>	<b>CAS</b>
<b>Czwartek</b>	<b>8:30 -10:00</b>	<b>Kawiarenka Seniora – gry planszowe, karty</b>	<b>CAS</b>
<b>Czwartek</b>	<b>10:00-10:45 10:45 -11:30</b>	<b>Gimnastyka I gr Gimnastyka II gr</b>	<b>CAS</b>
<b>Piątek</b>	<b>12:45 -13:45 13:45 -14:45 14:45 -15:45</b>	<b>j. angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni</b>	<b>CAS</b>

### Zajęcia dodatkowe luty 2024

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
<b>Sobota</b> <b>Od 10.02</b>	<b>12:45-13:30</b>	<b>Basen</b>	<b>Os. Handlowe 4 Wejście wg listy</b>
<b>Niedziela</b> <b>11.02</b>	<b>15:30-20:00</b>	<b>Potańcówka karnawałowa z Iwaną Pavlović</b>	<b>Hala Widowiskowo – Sportowa III LO Os. Wysokie 6 Zaproszenia u koordynatora</b>

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*