

## Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachoskiego 8

telefon: 578 775 119

adres e-mail : [cas.pradnikbialy@gmail.com](mailto: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 20 kwietnia HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Kwiecień 2024

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00 grupa początkująca O	J .angielski	Zajęcia: 8,15,22,29 kwietnia
	10.00-11.00 I grupa średnio zaawansowana		
wtorek	11.30-12.30 II grupa zaawansowana	Naturalne terapie dla zdrowia i urody	Zajęcia :2,9,16,23,30 kwietnia
	17.00-17.45	Gimnastyka korekcyjna gr.I	Sala gim. ZSO ul. Mackiewicza: 9,16,23,30 kwietnia
	17.45 – 18.30	Gimnastyka korekcyjna gr.II	Sala gim. ZSO ul. Mackiewicza, : 9,16,23,30 kwietnia

	15.00-16.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	zajęcia: 9,16,23,30 kwietnia
środa	9.15-10.00	Joga twarzy	3,10,17,24 kwietnia
	10.00-11.00	Trening umysłu	3,10,17,24 kwietnia
	11.00 -12.00	Kawiarenka Seniora	3,10,17,24 kwietnia
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	3,10,17,24 kwietnia
czwartek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne	Zajęcia: 4,11,18,25 kwietnia
	16.30-17.30	Warsztaty komputerowe – grupa zaawansowana	Pracownia komputerowa w ZSO : 4,11,18,25 kwietnia
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe – grupa początkująca	Pracownia komputerowa: 4,11,18,25 kwietnia
piątek	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje komputerowe	Pracownia CAS ul. Pachońskiego 8 w Krakowie 5,12,19,26 kwietnia

## ZAJĘCIA DODATKOWE

Kwiecień 2024

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
12 kwietnia	11.15-12.15	Wyjście na wystawę sztuki street-artu. Muzeum Banksy w Krakowie	Ilość miejsc ograniczona
19 kwietnia	10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Planty Krakowskie. Ogród Barbakan.	Ilość miejsc ograniczona
20 kwietnia	19.15-22.00	Wyjście do Teatru Starego na spektakl „Pewnego długiego dnia”	Ilość miejsc ograniczona

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*