

Centrum Aktywności Seniorów Bieńczyce

adres - os. Kościuszkowskie 2A

Szkoła Mistrzostwa Sportowego Marcina Gortata

kontakt – tel. 575-361-492

e-mail fundacja@nowecentrum.org

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	14:00 - 18:00
wtorek	14:00 - 18:00
środa	14:00 - 18:00
czwartek	14:00 - 18:00
piątek	14:00 - 18:00

OBOWIĄZUJE OD 01.06.2024

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2023

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	14.30 - 15.30	Kurs obsługi smartfonów <i>zajęcia 3.06., 10.06., 17.06., 24.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.30 - 16.15	Fitness <i>zajęcia 3.06., 10.06., 17.06., 24.06.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.00 - 16.00	Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie <i>zajęcia 3.06., 10.06.,</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE

		17.06., 24.06.	
wtorek	11.30 - 12.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody - wykłady i warsztaty zajęcia 4.06., 11.06., 18.06., 25.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
środa	11.30 - 12.30	Trening pamięci zajęcia: 5.06., 12.06., 19.06., 26.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.30 - 13.15	Joga twarzy zajęcia 5.06., 12.06., 19.06., 26.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	13.30 - 14.15	Gimnastyka I grupa zajęcia 5.06., 12.06., 19.06., 26.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.15 - 15.00	Gimnastyka II grupa zajęcia 5.06., 12.06., 19.06., 26.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	14.00 - 16.00	Zajęcia plastyczne - wykład wprowadzający oraz warsztaty praktyczne zajęcia 5.06., 12.06., 19.06., 26.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
czwartek	14.00 - 15.00	Manufaktura szydełkowa zajęcia 13.06., 20.06., 27.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Warsztaty florystyczne zajęcia 6.06., 13.06., 20.06., 27.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE

	15.00 - 17.00	Gry stolikowe zajęcia 13.06., 20.06., 27.06.	ZAJĘCIA STACJONARNE
piątek			

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2024:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
06.06.2023	13.00 - 15.00	Warsztaty międzypokoleniowe dla seniorów i uczestników zajęć świetlicy szkolnej p.n. „Wianki z ziół naszych łąk i ogrodów”	Informacje i zapisy w CAS
21.06.2024	11.00	Wyjście na wystawę „Sztuka Gruzji” do Muzeum Narodowego w Krakowie	Informacje i zapisy w CAS
27.06.2024	12.00 - 14.00	Wykład historyczny w plenerze - Krakowski smak. Najślawniejsze restauracje krakowskie	Informacje i zapisy w CAS

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.