

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

telefon, WathsApp: 722-102 173

e-mail: mscasy@poczta.fm

facebook: fundacjalokomotywa

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9:30 – 12:30, 16:00 -17:00
Wtorek	8:00 – 10:00, 13:30-15:30
Środa	9:00 -14:30
Czwartek	8:30 – 9:30, 12:00 -17:00
Piątek	9:30 -12:00, 16:30 -18:00;

15.08 CAS jest zamknięty

OBOWIĄZUJE OD 1 Sierpnia 2024**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH****Sierpień 2024**

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	16:00 -16:45	Zumba zajęcia taneczne	CAS
Poniedziałek 19,26	10:00 – 12:30	Szycie, haft	CAS
Poniedziałek 5,12	10:00 -12:30	Plastyka	CAS
Wtorek	8:00 -9:30	Nordic walking	Zajęcia w plenerze
Wtorek	13:45 – 14:30	Gimnastyka	CAS 6.08 nie ma zajęć

Wtorek 6	8:30 -11:30	Wędrówki piesze po okolicy – Muzeum Plaszków, rezerwat Bonarka	Zbiórka godz. 8:30 przystanek autobusu 178 przy Wielickiej.
Wtorek 27	10:00-13:00	I Pomoc – warsztaty z ratownikiem medycznym	CAS
Wtorek	14:30 -15:30	Dyżur, sprzątanie	CAS wolontariat
Środa 21	8:00 -9:30	Nordik walking	Zajęcia w plenerze
Środa	10:20 -11:50 11:50 -12:50 12:50 – 14:20	Język angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni	CAS 21 nie ma języków
Czwartek	8:45 –9:30	Gimnastyka	CAS 15 nie ma zajęć
Czwartek	12:15 -14:15	Nowe technologie- smartfony gr. Zaawansowana	CAS 15,22 nie ma zajęć
Czwartek	14:15 -15:15	Cyfrowe SOS	CAS 15,22 nie ma zajęć
Czwartek	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS – korytarz szkolny 15 nie ma zajęć
Piątek	10:00 -11:00 11:00 -12:00	Nowe technologie gr. Zaawansowana Gr. Początkowa	CAS
Piątek 23,28	9:00 -10:00	Wiedza obywatelska, sprawy samorządowe	CAS

Piątek	17:00 – 17:45	Pilates	CAS
---------------	----------------------	----------------	------------

Zajęcia dodatkowe sierpień 2024

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Sobota 3	9:00	Wycieczka autokarowa Karniowice, Bolechowice, Będkowice	Zbiórka godz. 9:00, odjazd Tysiąclecia 42 Zabrać kijki
Sobota 24	9:00	Wycieczka autokarowa góra Zborów, Okiennik Wielki	Zbiórka godz. 9:00, odjazd Tysiąclecia 42, zabrać kijki

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy