

**Centrum Aktywności Seniorów Bieńczyce**

adres - os. Kościuszkowskie 2A

Szkoła Mistrzostwa Sportowego Marcina Gortata

kontakt – tel. 575-361-492

e-mail [fundacja@nowecentrum.org](mailto: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 01.08.2024**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2023**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	12.00 - 12.45	Fitness <i>zajęcia 5.08., 12.08., 19.08., 26.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
wtorek	14.00 - 16.00	Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie <i>zajęcia 6.08., 13.08., 20.08., 27.08.</i>	ZAJĘCIA STACJONARNE
środa	14.00 - 16.00	Zajęcia plastyczne - wykład wprowadzający oraz warsztaty	ZAJĘCIA STACJONARNE

		praktyczne zajęcia 7.08., 14.08., 21.08., 28.08.	
czwartek	10.00-11.00	Gimnastyka I grupa zajęcia 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	11.00-12.00	Gimnastyka II grupa zajęcia 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	12.00-13.00	Kurs obsługi smartfonów zajęcia 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.	ZAJĘCIA STACJONARNE
	15.00 - 17.00	Gry stolikowe zajęcia 1.08., 8.08., 22.08., 29.08.	ZAJĘCIA STACJONARNE
piątek			

### Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2024:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
5.08.2024	10.00-11.30	Zwiedzanie Muzeum Misyjnego przy kościółce oo. Franciszkanów ul. Ojcowska 1 (Bronowice)	Informacje i zapisy w CAS
6.08.2024	9.00-10.30	Zwiedzanie wystawy stałej w Małopolskim Centrum Nauki Cogiteon	Informacje i zapisy w CAS
14.08.2023	10.00-12.00	Warsztaty florystyczne w plenerze - zwiedzanie Parku Tetmajera, architektura i kompozycje roślinne	Informacje i zapisy w CAS

21.08.2024	10.00-12.00	Warsztaty florystyczne w plenerze - zwiedzanie zabytkowego Parku Jerzmanowskich, pomniki przyrody, stara architektura, nowe nasadzenia	Informacje i zapisy w CAS
30.08.2024	12.00 - 14.00	Wykład historyczny w plenerze - Historia krakowskich teatrów	Informacje i zapisy w CAS

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*