

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi duchem”

adres: os. Dywizjonu 303 (w XXX LO)

telefon, WathsApp: 722-102 173

e-mail: mscopy@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;

OBOWIĄZUJE OD 11 Września 2024**HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Wrzesień 2024**

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 2,9,16,23	16:10 -16:55	Zumba zajęcia taneczne	CAS
Poniedziałek 16,23	10:00 -12:30	Plastyka	CAS
Poniedziałek 2 9	10:00 -12:00 10:00 -11:00	Szybie, haft	CAS
Poniedziałek 30	8:00-12:00	Prace porządkowe,	CAS wolontariat
Wtorek 3,10,17,24	9:00 -9:45	Nordic walking	Zajęcia w plenerze 24 - zajęcia w wolontariacie
Dyżur Sprzątanie	3,10,17	11:30 -13:30	CAS Wolontariat

Wtorek 3,10,17,24	13:45 – 14:30	Gimnastyka	CAS
Wtorek 24	12:45-13:45	Spotkanie przy ciastku i kawie	CAS wolontariat
Środa 18, 25	8:00 -9:30	Nordik walking	Zajęcia w plenerze
Środa 4,11 18	10:20 -11:50 11:50 -12:50 12:50 – 14:20 10:20 -11:50 11:50-12:50	Język angielski podstawa j. hiszpański j. angielski średni j. angielski podstawa j.hiszpański	CAS
Czwartek 5,12,19,	8:45 –9:30	Gimnastyka	CAS
Czwartek 5,12	12:15 -14:15	Nowe technologie- smartfony gr. Zaawansowana	CAS
Czwartek 5,12	14:15 -15:15	Cyfrowe SOS	CAS
Czwartek 5,12,19,26	15:15 -16:45	Taniec w kręgu, taniec liniowy	CAS- korytarz szkolny
Piątek 6,13	10:00 -11:00	Nowe technologie Gr. Początkowa	CAS wolontariat
Piątek 13,20	9:00 -10:00	Wiedza obywatelska, sprawy samorządowe	CAS
Piątek 6 13,20	17:00 – 17:45 17:00 -17,45	Pilates Zumba	CAS
Piątek 27	8:00-12:00	Zakończenie projektu	CAS Wolontariat

Zajęcia dodatkowe wrzesień 2024

Dzień tygodnia	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Czwartek 26	9:00	Mistrzostwa sportowe o Puchar Prezydenta M. Krakowa	KS Bronowianka Obowiązują formularze zgłoszenia
Piątek 27	9:00	Mistrzostwa Sportowe	KS Bronowianka

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy