



Centrum Aktywności Seniorów „BRONOWICE”

adres – ul. Na Błonie 15b w Krakowie

kontakt – tel. **605 261 515**

e-mail: cas1bronowice@gmail.com

Kawiarenka czynna

poniedziałek	9.00 -13.00
wtorek	9.00 – 13.00
środa	9.00 -13.00
czwartek	9.00 -13.00
piątek	9.00 -13.00

Obowiązuje od 1.10. 2024

Harmonogram zajęć stałych w październiku 2024

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	9.45- 10.30	Aqua aerobik	7,14,21,28.10 Basen ul. Ludwinowska 11
	13.00-15.00	Malarstwo	7,14.10 Zajęcia w siedzibie CAS
	15.45 17.15	Taniec w kręgu	7,14,21,28.10 Zajęcia w budynku szkoły przy ul. Na Błonie 15 B
wtorek	16.00 -18.00	ceramika	15.10 Zajęcia w siedzibie CAS
Środa	9.30 – 10.30	Kurs języka niemieckiego poziom podstawowy	2,9,16,23,30.10 Zajęcia w siedzibie CAS

	12.30 - 14.00	Trening umysłu	9,23.10 Zajęcia w siedzibie CAS
czwartek	9.00 -10.00	Kurs języka angielskiego Grupa średniozaawansowana A	3,10,17,24,31.10 Zajęcia w siedzibie CAS
	10.00 -11.00	Grupa średniozaawansowana B	
	11.00 -12.00	Grupa początkująca	
	16.00 -18.00	ceramika	10.10 Zajęcia w siedzibie CAS
	15.45 – 16.30	gimnastyka	3,10,17,24,31.10 Zajęcia w budynku szkoły przy ul.Na Błonie 15 B
	16.45 – 17.30	joga	3,10,17,24,31.10 Zajęcia w budynku szkoły przy ul.Na Błonie 15 B
Piątek	9.00 -11.00	Kurs obsługi komputera i smartfona	4,11,18,25.10 Zajęcia w siedzibie CAS
	13.15 – 15.15	Rękodzieło z elementami florystyki	4,11,18,25.10 Zajęcia prowadzone w siedzibie CAS Obowiązują zapisy na zajęcia w poniedziałek od godz.8.00 pod nr telefonu 608 300 816

Zajęcia dodatkowe w PAŹDZIERNIKU 2024

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,21,28.10	9.30 – 10.30	Rozmawiamy po niemiecku	Prowadzi wolontariusz
Poniedziałek 7,14,21,28.10	11.00-13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 8.10	12.00 -13.30	ZWIEDZANIE EKOSPALARNI	Zapisy u koordynatora Koszt od osoby 20 zł
Wtorek 1,8,15,22,29.10	9.00 – 13.00	Brydż i inne gry stolikowe	Prowadzi wolontariusz zajęcia w siedzibie CAS
Wtorek 22.10	14.30	Spotkanie z dietetykiem Dieta w sarkopenii	Zajęcia prowadzone w siedzibie CAS
Środa 2.10	19.00	Teatr Variete Spektakl pt Najszczęśliwszy dzień	
Czwartek 10.10	14.30	Udział w Marszu Pokoleniowym Pól Nadziei	Zbiórka przed Barbakanem
Czwartek 3,10,17,24,31.10	14.30 -15.30	Nauka kolęd dla Hospicjum św. Łazarza	Zajęcia prowadzi wolontariusz
Piątek 1 1.10	18.00	Koncert A.Rieu	Kino Kijów, cena 35 zł od osoby .Zapisy u koordynatora