


Pn	Wt	Śr	Cz	Pt
23.10 Historia Krakowa – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 10 ³⁰ Bachata Lady Style – 11 ³⁰	24.10 J. angielski – 10 ⁰⁰ , 11 ⁰⁰ , 12 ⁰⁰ Zdrowy kręgosłup – 10 ⁰⁰ Zumba Gold – 11 ⁰⁰ Rekreacyjno-ruchowe – 12 ⁰⁰ Psychologia społeczna – 13 ¹⁵	25.10 WYKŁAD godz. 10.00 (Kotłownia) G. Trochanowicz: „Kultura Łemków”	26.10 Ćwiczenia na krzesłach – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 10 ³⁰ Zdrowy kręgosłup – 11 ³⁰	27.10 Zdrowie z ruchu – 9 ³⁰ Filozofia – 11 ³⁰
30.10	31.10	1.11 	2.11	3.11
6.11 Historia Krakowa – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 10 ³⁰ Bachata Lady Style – 11 ³⁰	7.11 J. angielski – 10 ⁰⁰ , 11 ⁰⁰ , 12 ⁰⁰ Zdrowy kręgosłup – 10 ⁰⁰ Zumba Gold – 11 ⁰⁰ Rekreacyjno-ruchowe – 12 ⁰⁰ Psychologia społeczna – 13 ¹⁵	8.11 WYKŁAD godz. 10.00 (Kotłownia) Pracownicy NFZ: „Portale internetowe NFZ”	9.11 Smartfon – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 10 ³⁰ Zdrowy kręgosłup – 11 ³⁰ Trening pamięci – 12 ⁴⁵	10.11 Zdrowie z ruchu – 9 ³⁰ Filozofia – 11 ³⁰
13.11 Trening pamięci – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 10 ³⁰ Bachata Lady Style – 11 ³⁰	14.11 J. angielski – 10 ⁰⁰ , 11 ⁰⁰ , 12 ⁰⁰ Zdrowy kręgosłup – 10 ⁰⁰ Zumba Gold – 11 ⁰⁰ Rekreacyjno-ruchowe – 12 ⁰⁰ Podróże – 13 ¹⁵	15.11 Krzysztoforzy – 11 ⁰⁰	16.11 Ćwiczenia na krzesłach – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 10 ³⁰ Zdrowy kręgosłup – 11 ³⁰	17.11 Klub książki – 13 ⁰⁰
20.11 Historia Krakowa – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 10 ³⁰ Bachata Lady Style – 11 ³⁰	21.11 J. angielski – 10 ⁰⁰ , 11 ⁰⁰ , 12 ⁰⁰ Zdrowy kręgosłup – 10 ⁰⁰ Zumba Gold – 11 ⁰⁰ Rekreacyjno-ruchowe – 12 ⁰⁰ Psychologia społeczna – 13 ¹⁵	22.11 WYKŁAD godz. 10.00 (Kotłownia) Maciej Myśliwiec: „Kosmos wokół nas”	23.11 Smartfon – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 10 ³⁰ Zdrowy kręgosłup – 11 ³⁰ Trening pamięci – 12 ⁴⁵	24.11 Zdrowie z ruchu – 9 ³⁰ Filozofia – 11 ³⁰
27.11 Trening pamięci – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 9 ³⁰ Ćwiczenia na krzesłach – 10 ³⁰ Bachata Lady Style – 11 ³⁰	28.11 J. angielski – 10 ⁰⁰ , 11 ⁰⁰ , 12 ⁰⁰ Zdrowy kręgosłup – 10 ⁰⁰ Zumba Gold – 11 ⁰⁰ Rekreacyjno-ruchowe – 12 ⁰⁰ Podróże – 13 ¹⁵	29.11	30.11 Ćwiczenia na krzesłach – 9 ³⁰ Pilates i stretching – 10 ³⁰ Zdrowy kręgosłup – 11 ³⁰	