



Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowiec 25 od 17 do 23 lipca 2023 r.

2023-07-17

Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowiec 25 od 17 do 23 lipca 2023 r.
MAM czynny od poniedziałku do piątku 16:00-20:00.

PONIEDZIAŁEK 17 lipca do MAM-u zapraszają Iwona i Tereska

18:00-19:30 – Урок польської мови/ lekcja polskiego dla osób z Ukrainy
18:45-20:15 – Samoobrona dla dorosłych
19:00-20:00 – Salsa i inne gorące rytmy latino – weź wygodne buty na zmianę

WTOREK 18 lipca do MAM-u zaprasza Iwona

17:30-19:00 – Trening Nordic Walking
18:00-19:00 – NOWOŚĆ – Joga poziom dla początkujących, weź własną matę!
19:00-20:30 – UWAGA ZMIANA TERMINU – Kółko Szachowe

ŚRODA 19 lipca do MAM-u zapraszają Iwona i Olga

18:00-19:30 – Урок польської мови/ lekcja polskiego dla osób z Ukrainy
18:00-19:00 – English Corner – konwersacje angielskie na poważne tematy – poziom B1+
18:45-20:15 – Samoobrona dla dorosłych
19:15-20:15 – „Bo w kobietach jest siła – ćwiczymy razem!” – zajęcia fitness dla kobiet

CZWARTEK 20 lipca do MAM-u zapraszają Tereska i Iwona

16:00-20:00 – Cymbergaj – grupa Weterani Sportu zaprasza **i to do samego zamknięcia MAM-u!!!**
17:30-18:30 – Konwersacje polskie dla osób z Ukrainy
19:15-20:15 – „Bo w kobietach jest siła – ćwiczymy razem!” – zajęcia fitness dla kobiet

PIĄTEK 21 lipca do MAM-u zaprasza Olga

17:00-19:00 – NOWOŚĆ – Dzień multi kulti! Tym razem odwiedzi nas Dasha z Ukrainy, która opowie o weganizmie, przedstawi proste przepisy i sposoby na ograniczenie spożywania mięsa. Wydarzenie będzie prowadzone w języku angielskim z ewentualnym tłumaczeniem na język ukraiński w razie potrzeb.
18:45-20:15 – Samoobrona dla dorosłych
19:30-20:30 – Łagodne rozciąganie
20.00-21.00 – Rozmawiamy sobie po niemiecku (konwersacje choć trochę zaawansowane)

NIEDZIELA 23 lipca

19:00-20:00 – j. niemiecki dla początkujących

<https://mam.bis-krakow.pl/miejsce-aktywnosci-mieszkancow-w-krakowie/>



**Magiczny
Kraków**

[FB/MAMKrakowNaKozlowce](#)

WSZYSTKIE ZAJĘCIA W MAM-ie SĄ BEZPŁATNE

Masz jakieś pytania? Napisz lub zadzwoń! (Ale po tym jak wszystko dokładnie przeczytasz)

Jesteś osobą o specjalnych potrzebach? Daj znać, jak możemy Ci ułatwić uczestniczenie w zajęciach i spotkaniach

mamkozlowek@bis-krakow.pl

Uwaga nowy numer telefonu, czynny w godzinach otwarcia MAM: 791 140 260