



## Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowiec 25 od 24 do 30 lipca 2023

2023-07-24

Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowiec 25 od 24 do 30 lipca 2023. MAM czynny od poniedziałku do piątku 16:00-20:00.

### PONIEDZIAŁEK 24 lipca do MAM-u zapraszają Iwona i Tereska

18:45-20:15 - Samoobrona dla dorosłych

19:00-20:00 - Salsa i inne gorące rytmy latino - weź wygodne buty na zmianę

### WTOREK 25 lipca do MAM-u zapraszają Iwona i Olga

17:30-19:00 - Trening Nordic Walking

**18:00-19:00 - NOWOŚĆ - Joga poziom dla początkujących, weź własną matę!**

18:00-19:30 - Урок польської мови/ lekcja polskiego dla osób z Ukrainy

**19:00-20:30 - UWAGA ZMIANA TERMINU - Kółko Szachowe**

### ŚRODA 26 lipca do MAM-u zapraszają Iwona i Ania

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 27 lipca do MAM-u zapraszają Iwona i Olga

16:00-20:00 - Cymbergaj - grupa Weterani Sportu zaprasza **i to do samego zamknięcia MAM-u!!! (chyba, że weterani nie dotrą z kocyka/leżaczka)**

18:00-19:30 - Урок польської мови/ lekcja polskiego dla osób z Ukrainy

19:15-20:15 - „Bo w kobietach jest siła - ćwiczymy razem!” - zajęcia fitness dla kobiet

### PIĄTEK 28 lipca do MAM-u zaprasza Ania

**17:00-19:00 - NOWOŚĆ - Dzień multi kulti! Tym razem odwiedzi nas Firas z Tunezji z prezentacją o swoim kraju. Spotkanie w jęz. angielskim.**

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 30 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](mailto:mamkozlowek@bis-krakow.pl)

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