



**Magiczny
Kraków**

CAS Toń w lutym

2016-02-05

Centrum Aktywności SENIORÓW „Toń” luty 2016 r.

[OD 1 DO 5 LUTEGO 2016](#)

[OD 8 LUTEGO 2016](#)

Godziny zajęć Centrum Aktywności Seniorów „Toń” w lutym:

Poniedziałek:

10³⁰ – 11³⁰ spotkania międzypokoleniowe,

11³⁰ – 12³⁰ spotkania międzypokoleniowe,

16³⁰ – 17³⁰ rękodzieło warsztaty,

17³⁰ – 18³⁰ rękodzieło warsztaty.

Wtorek:

11⁰⁰ – 12⁰⁰ komputery - kurs,(pierwsza edycja),

12⁰⁰ – 13⁰⁰ komputery - kurs,(pierwsza edycja),

13¹⁵ – 14¹⁵ komputery - kurs,(druga edycja),

14¹⁵ – 15¹⁵ komputery - kurs,(druga edycja),

16³⁰ – 17³⁰ warsztaty genealogiczne,

17³⁰ – 18³⁰ warsztaty genealogiczne.

Środa:

11³⁰ – 12³⁰ zdrowe gotowanie,

12³⁰ – 13³⁰ zdrowe gotowanie,



**Magiczny
Kraków**

14⁰⁰ – 15⁰⁰ nordic walking **UWAGA ! zajęcia tylko 3 lutego**

16³⁰ – 17³⁰ rehabilitacja ruchowa – kurs,

17³⁰ – 18³⁰ taniec salsa.

Czwartek:

16⁰⁰ – 17⁰⁰ gry stolikowe, ćwiczenia na przyrządach (rowerek, orbiterki, bieżnia),

17⁰⁰ – 18⁰⁰ pierwsza pomoc - kurs,

18⁰⁰ – 19⁰⁰ zajęcia ruchowe - zumba,

19⁰⁰ – 20⁰⁰ kawiarenka towarzyska.

Piątek:

16⁰⁰ – 17⁰⁰ gry stolikowe, ćwiczenia na przyrządach (rowerek, orbiterki, bieżnia),

17⁰⁰ – 18⁰⁰ dieta dla każdego,

18⁰⁰ – 19⁰⁰ rehabilitacja ruchowa – kurs,

19⁰⁰ – 20⁰⁰ wolontariat seniorów.