



**Magiczny
Kraków**

CAS Toń w marcu

2016-03-02

Centrum Aktywności Seniorów „Toń”

30-263 Kraków, ul. Łokietka 267, tel. 608 379 957

e-mail: mmichyta@poczta.fm,

www.kslajkonik.pl

Godziny zajęć Centrum Aktywności Seniorów „Toń”

Marzec 2016:

Poniedziałek:

10³⁰ - 11³⁰ spotkania międzypokoleniowe,

11³⁰ - 12³⁰ spotkania międzypokoleniowe,

16³⁰ - 17³⁰ rękodzieło warsztaty,

17³⁰ - 18³⁰ rękodzieło warsztaty.

Wtorek:

11⁰⁰ - 13⁰⁰ komputery - kurs,(pierwsza edycja),

13¹⁵ - 15¹⁵ komputery - kurs,(druga edycja),

16³⁰ - 17³⁰ warsztaty genealogiczne,

17³⁰ - 18³⁰ warsztaty genealogiczne.

Środa:

11³⁰ - 12³⁰ zdrowe gotowanie,

12³⁰ - 13³⁰ zdrowe gotowanie,

16³⁰ - 17³⁰ rehabilitacja ruchowa - kurs,

17³⁰ - 18³⁰ taniec salsa.

Czwartek:



**Magiczny
Kraków**

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.

Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków