



**Magiczny
Kraków**

CAS Toń w sierpniu

2016-08-02

Centrum Aktywności SENIORÓW „Toń” sierpień 2016 r.

[DO POBRANIA HARMONOGRAM](#)

Centrum Aktywności Seniorów „Toń”

30-263 Kraków, ul. Łokietka 267, tel. 608 379 957, mmichyta@poczta.fm, www.kslajkonik.pl

Godziny zajęć Centrum Aktywności Seniorów „Toń”

Sierpień 2016:

Poniedziałek:

15⁰⁰ – 16⁰⁰ spotkania międzypokoleniowe,

16⁰⁰ – 17⁰⁰ spotkania międzypokoleniowe,

17⁰⁰ – 18⁰⁰ rękodzieło warsztaty,

18⁰⁰ – 19⁰⁰ rękodzieło warsztaty.

Wtorek:

13¹⁵ – 14¹⁵ komputery - kurs,

14¹⁵ – 15¹⁵ komputery - kurs,

16³⁰ – 17³⁰ warsztaty genealogiczne,

17³⁰ – 18³⁰ warsztaty genealogiczne,

19⁰⁰ – 20⁰⁰ rehabilitacja ruchowa - kurs,



**Magiczny
Kraków**

Środa:

- 11³⁰ – 12³⁰ zdrowe gotowanie,
- 12³⁰ – 13³⁰ zdrowe gotowanie,
- 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 obywatelska.

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.

Uwaga: Z powodu goszczenia pielgrzymów na Światowe Dni Młodzieży, terminy
Niektórych zajęć mogą ulec zmianie. Będę Państwa informował na
bieżąco.

Marek Michta tel. 608 379 957.