



## **Sierpień „Optymista”**

2015-08-04

**Centrum Aktywności Seniorów „Optymista” Kraków ul. Sienkiewicza 2a, działające przy Polskim Komitecie Pomocy Społecznej zaprasza Seniorów na spotkania.**

**- poniedziałki , wtorki , czwartki w godzinach od 15.00 do 19.00**

**- piątki , soboty w godzinach od 10.00 do 14.00**

Spotkania będą miały charakter integracyjny.

Przy napojach i ciasteczkach w grupach tematycznych odbywać się będą **gry stolikowe** , będzie można przeczytać bieżącą prasę oraz skorzystać z internetu.

### **Gimnastyka rehabilitacyjna:**

- **poniedziałki w godzinach 17.00 do 18.00**

### **Spacer z kijkami Nordic Walking:**

- **13.08.2015 r. (czwartek) w godzinach 16.00 do 17.30**
- **20.08.2015 r. (czwartek) w godzinach 16.00 do 17.30**

### **Wycieczki rowerowe - zbiórka chętnych koło „Smoczej Jamy” pod Wawelem**

- **25.08.15 r. (wtorek) w godzinach 17.00 do 18.30**
- **27.08.15 r. (czwartek) w godzinach 17.00 do 18.30**

[Szczegóły oferty](#)