

Nowe Centrum Aktywności Seniorów działające przy Fundacji Nowe Centrum w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia:

poniedziałki

9.00 - 10.00 – zajęcia ruchowe – gimnastyka, nordic walking, fitness, aerobik

17.00 – 19.00 – zajęcia twórczo-medialne

wtorki

9.30 – 12.00 – kurs j. angielskiego

środy

9.00 - 10.00 – zajęcia ruchowe – gimnastyka, nordic walking, fitness, aerobik

18.30 – 19.30 – kurs obsługi komputera i nowych technologii

czwartki

12.00 – 13.00 - kurs obsługi komputera i nowych technologii

18.00 – 20.00 – warsztaty plastyczne

piątki

9.00 - 10.00 – zajęcia ruchowe - – gimnastyka, nordic walking, fitness, aerobik

Wkrótce uruchamiamy kolejne zajęcia: kurs szycia i haftowania, zajęcia techniczne, gry stolikowe i plenerowe, comiesięczne wykłady.

Zajęcia prowadzone są przez pasjonatów - osoby przygotowane merytorycznie.

Aby uczestniczyć w wybranych zajęciach należy skontaktować się telefonicznie pod nr **733 956 640** lub osobiście – os. Zielone 22, wypełnić deklarację i wpłacić składkę członkowską, która wynosi 5 zł na miesiąc.

Jesteśmy codziennie w godz. 9.30 – 14.00

Działalność Nowego Centrum Aktywności Seniorów dofinansowana jest ze środków Gminy Kraków.

Adres: os. Zielone 22, 31-971 Kraków

