



*Centrum Aktywności Seniorów  
przy Parafii Miłosierdzia Bożego  
Kraków Nowy – Prokocim  
„Klub Zachęta” ul. Jana Kurczaba 25*

*Motto : „Tyle jesteś wart ile dajesz innym”*

## **Zajęcia Wrzesień 2016**

### *Poniedziałek*

#### **KLUB „ Sport dla Seniora „**

**1. 8<sup>30</sup> - 10<sup>00</sup> - Nordic Walking**

Spotkania przy parkingu - róg ul. Republiki Korczakowskiej.

Zapisy u prowadzącego zajęcia p. Agatka tel. **739 252 515**

Zajęcia rozpoczynają się **5.09.2016**

**2. Aqua Aerobic - wejściówki wg listy na basenie.**

**3. 14<sup>00</sup> - 16<sup>00</sup> - Kurs komputerowy kontynuacja – Szkoła Podstawowa 41**

p. Regina tel. **695 170 876** – grupa 10 osobowa.

Zapisy na zajęciach u prowadzącego p. Regina – ilość miejsc ograniczona

zajęcia rozpoczynają się od **12.09.2016**

#### **KLUB „ Podróże Małe i Duże”**

**5.09.2016 - poniedziałek wycieczka do Muzeum Schindlera, zbiórka o godz.**

**10<sup>00</sup>** pod Apteką pod Orłem pl. Boh. Getta - grupa ograniczona do 20 osób.

Zapisy u prowadzącego **p. Ryszard tel. 515 771 067**

### *Wtorek*

#### **Klub „SPORT DLA SENIORA”**

**1. godz. 9<sup>15</sup> - 10<sup>00</sup> - gimnastyka (lista)**

**2. godz. 10<sup>45</sup> - 11<sup>00</sup> - gimnastyka – zapisy u prowadzącego zajęcia p. Ania  
tel. 722 102 173**

**3. godz. 10<sup>00</sup> - 10<sup>45</sup> - Tai Chi zapisy u prowadzącego zajęcia p. Ania  
tel. 722 102 173**

## *Środa*

### KLUB „Podróże Małe i Duże”

#### Wycieczki

1. **14.09.2016 - środa** Park Lotników + dla chętnych zwiedzanie Muzeum Lotnictwa (wstęp 7 zł). Spotkanie grupy godz.10 Klub Zachęta **p. Ryszard tel. 515 771 067**
2. **21.09.2016 - środa** Spacer Bulwarami Wisły (od mostu Powstańców Śląskich do Klasztoru Norbertanek). Spotkanie grupy o godz. 10 Apteka pod Orłem **p. Ryszard tel.515 771 067**
3. **28.09.2016 – środa** Wystawa „Maria Mater Misericordiae” Gmach Główny Muzeum Narodowego al. 3 Maja 1. Spotkanie grupy o godz. 10 przed wejściem do muzeum. **p. Bożena tel.698 805 592**
4. **14<sup>00</sup> – 16<sup>00</sup> - Kurs komputerowy dla początkujących** - Szkoła Podstawowa nr 41. grupa 10 osobowa, zapisy u prowadzącego zajęcia **p. Regina tel. 695 170 876** - zajęcia rozpoczynają się od dnia **14 września 2016**
5. **Aqua Aerobic** - wejściówki wg listy na basenie.

## *Czwartek*

### KLUB „SPORT DLA SENIORA”

1. **godz. 8<sup>30</sup> - 10<sup>00</sup>** – „Nordic Walking” – zbiórka pod Klubem „Zachęta”.
2. **Aqua Aerobic** - wejściówki wg listy na basenie

## *Piątek*

1. **9<sup>15</sup> - 10<sup>45</sup>** - kontynuacja kursu języka angielskiego  
grupa I (zaawansowana) zapisy u prowadzącego **p. Ania tel. 722 102 173**
2. **10<sup>45</sup> - 12<sup>00</sup>** - kontynuacja kursu j. angielskiego  
grupa II (początkująca) zapisy u prowadzącego **p. Ania tel.722 102 173**
3. **Aqua Aerobic** – Wejściówki wg listy w kasie basenu

## **Informacja**

Na prośbę uczestników kursu języka niemieckiego zajęcia rozpoczną się od października.

Informacja o działalności Centrum Aktywności Seniora jest wywieszana na tablicy ogłoszeń na terenie Spółdzielni Mieszkaniowej i Klubu „Zachęta” oraz na stronie internetowej <http://parafianprokocim.parafia.info.pl/>

**Wszelkie informacje dotyczące udziału w projekcie można uzyskać kierując pytania na e-maila do Koordynatora Projektu Małgorzaty Bielczyk [mara57@gazeta.pl](mailto:mara57@gazeta.pl) lub telefonicznie codziennie (za wyjątkiem dni wolnych od pracy) w godz. od 10<sup>00</sup> – 11<sup>00</sup> tel.500 77 22 86**

**Z poważaniem  
Koordynator Projektu  
Małgorzata Bielczyk**