

Nowe Centrum Aktywności Seniorów działające przy Fundacji Nowe Centrum na **os. Zielonym 22 (wcześniej na os. Słonecznym 14)** w ramach sieci Centrów Aktywności Seniorów zaprasza wszystkich zainteresowanych na następujące zajęcia w **październiku 2016:**

PONIEDZIAŁKI

9.00 - 11.00 – gimnastyka – rozciąganie – **os. Zielone 22**
16.00 – 18.00 – warsztaty techniczne – **os. Zielone 22**

WTORKI (zajęcia z j. angielskiego)

9.00 – 10.00 – kurs j. angielskiego – poziom średnio-zaawansowany – **os. Zielone 22**
10.30 – 11.30 - kurs j. angielskiego – poziom podstawowy – **os. Zielone 22**

ŚRODY

9.00 - 11.00 – zajęcia ruchowe – nordic walking – w przypadku niesprzyjającej pogody - gimnastyka – **os. Zielone 22**
16.00 – 18.00 – kurs szycia i haftowania - **os. Zielone 22**
18.30 – 19.30 – kurs obsługi komputera i nowych technologii – poziom podstawowy - **sala komputerowa – MOWIS, os. Centrum c 10**

CZWARTKI

18.00 – 20.00 – warsztaty plastyczne – **os. Zielone 22**

- 6 października - obrazki z filcu
- 13 października - decoupage
- 20 października - kwiaty z suszonych liści
- 27 października - szklane flakony zdobione masą fimo

18.30 – 19.30 – kurs obsługi komputera i nowych technologii – poziom średniozaawansowany - **sala komputerowa – MOWIS, os. Centrum c 10**

PIĄTKI

9.00 - 11.00 – zajęcia ruchowe – fitness, **os. Zielone 22**

Osoby zainteresowane uczestnictwem w wybranych zajęciach prosimy o kontakt telefoniczny pod nr 733 956 640 lub osobisty – os. Zielone 22 w godz. 9.30 – 13.30, wypełnienie deklaracji i wpłacenie składki członkowskiej, która wynosi 5 zł miesięcznie.

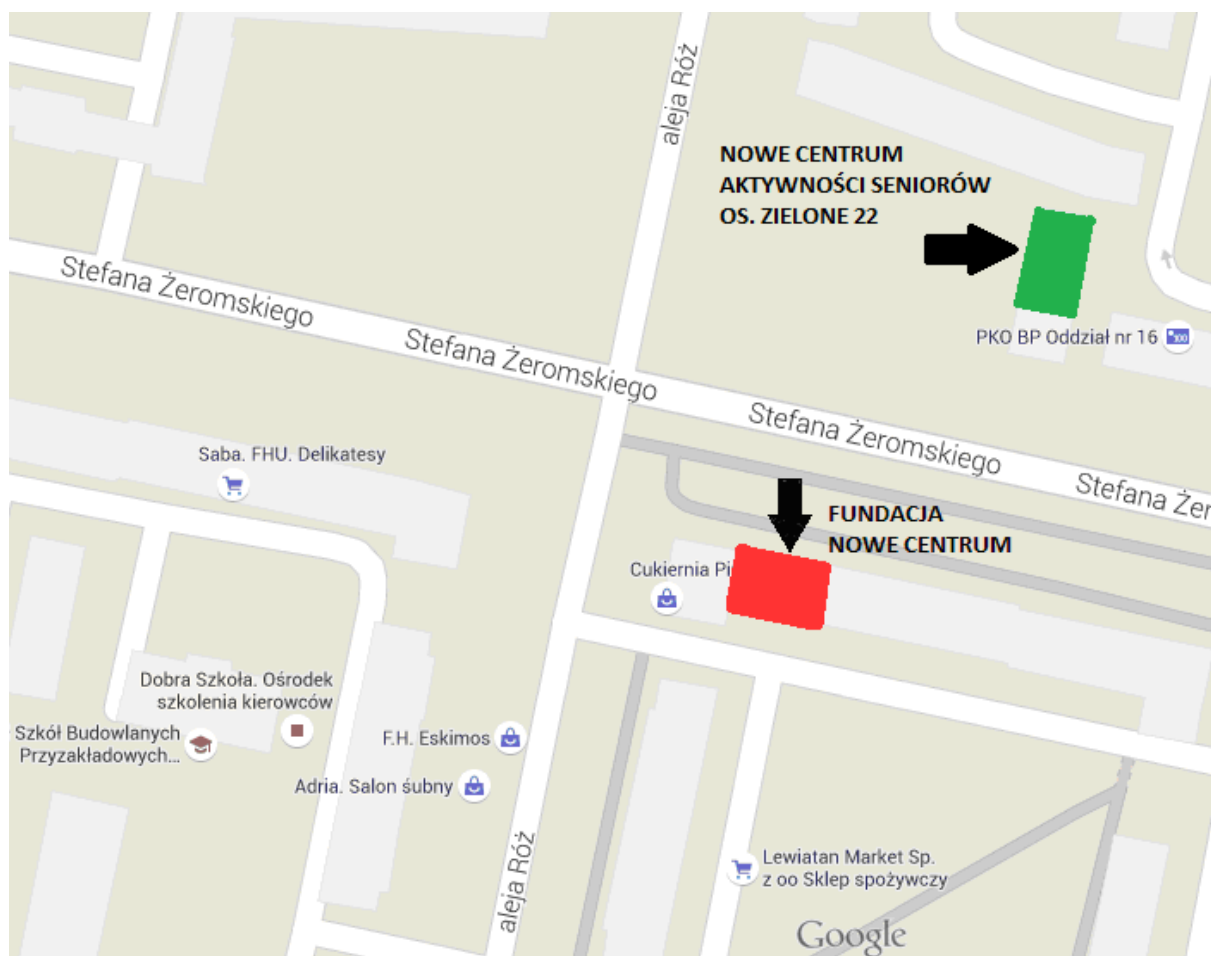
Adres: **os. Zielone 22, 31-958 Kraków**

Najbliższy przystanek autobusowy: „ŻEROMSKIEGO”

Linie autobusowe: 110, 122, 139, 193, 422, 501

Działania współfinansowane są ze środków Gminy Miejskiej Kraków.

DZIAŁALNOŚĆ NOWEGO CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW DOFINANSOWANA JEST ZE ŚRODKÓW GMINY MIEJSKIEJ KRAKÓW.



ASIOS

DZIAŁALNOŚĆ NOWEGO CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW DOFINANSOWANA JEST ZE ŚRODKÓW GMINY MIEJSKIEJ KRAKÓW.