



**Fundacja Uskrzydleni Wiekami zaprasza do**

**Centrum Aktywności Seniorów ulica Rusznikarska 14 lokal 16**

## **Luty**

### **Poniedziałek**

- 9.00 -10.00 - gimnastyka rehabilitacyjna
- 10.00 -11.00 - gimnastyka rehabilitacyjna
- 11.00 -12.00 - tai-chi
- 12.00 -16.00 - gry stolikowe - sekcja brydżowa

### **Wtorek**

- 10.00 -12.00 - gry stolikowe –Scrabble, szachy, Monopoly
- 12.00 -13.00 - taniec w kręgu
- 16.30 -17.30 - kurs tańca (Szkoła Podstawowa nr 21)

### **Środa**

- 10.00 -12.00 - zajęcia- wiklina papierowa
- 12.00 -14.00 - warsztaty plastyczne - decoupage
- 18.00 -19.00 - chór „Cecylia”

### **Czwartek**

- 9.00 -11.00 - zdrowy tryb życia
- 16.00 -18.00 - kurs komputerowy

### **Piątek**

- 10.00 -11.00 - porady komputerowe
- 11.00 -12.00 - gimnastyka rehabilitacyjna
- 12.00 -13.00 - gimnastyka rehabilitacyjna
- 13.00 -14.00 - tai-chi

### **Sobota**

- 14.00 -15.00 - kurs języka angielskiego dla początkujących
- 15.00 -16.00 - kurs języka angielskiego dla zaawansowanych

### **Ponadto w lutym:**

- 7.02. godz.19.30 wyjście na przedstawienie *Paw królowej* (Teatr Stary)
- 9.02. godz. 16.30 zapraszamy na zabawę ostatkową - *Śledzik*
- 19.02. godz.19.00 wyjście na przedstawienie *Hotel Westminster* (Teatr Ludowy)
- 25.02. od 10.00 do 14.00 zapraszamy na nordic walking w Lasku Wolskim

**Adres: ul. Rusznikarska 14 lokal 16, Kraków; tel. 511 200 011**



Działalność Centrum Aktywności Seniorów dofinansowana jest ze środków Gminy Kraków.