



MARZEC '2017
CAS „MIECHOWITY”

lp	dzień	godzina	temat	Miejsce -Kraków
1	PONIEDZIAŁEK	8:00-8:45	Kurs obsługi urządzeń mobilnych	ul.Miechowity 6
		8:45-9:30	Kurs obsługi urządzeń mobilnych	ul.Miechowity 6
		14:00-15:00	Florystyka	ul.Grochowska 24
		15:00-16:00	Florystyka	ul.Grochowska 24
2	WTOREK	9:00-10:00	Zdrowy Aktywny Senior	ul.Miechowity 6
		10:00-11:00	Zdrowy Aktywny Senior	ul.Miechowity 6
		11:00-12:00	Hortiterapia	ul.Miechowity 6
		12:00-13:00	Hortiterapia	ul.Miechowity 6
3	ŚRODA	9:00-10:00	Kurs kulinarny	Ul.Miechowity 6
		10:00-11:00	Kurs kulinarny	Ul.Miechowity 6
		11:00-12:00	Kurs kulinarny	Ul.Miechowity 6
		12:00-13:00	Spotkanie integracyjne	Ul.Miechowity 6
4	CZWARTEK	9:00-10:00	Fashion senior retro szyk	Ul.Miechowity 6
		10:00-11:00	Fashion senior retro szyk	Ul.Miechowity 6
		15:30-16:30	Jęz. niemiecki GR.początkująca	Ul.Miechowity 6
		16:30-17:30	Jęz. Niemiecki GR. zaawansowana	Ul.Miechowity 6
3	PIĄTEK	10:00-10:45	Nordic walking Gr.I +GR II	ul.Ludwinowska 11
		10:00-10:45	Gimnastyka ogólnorozwojowa	ul. Ludwinowska 11
		11:00-11:45	Pilates	ul. Ludwinowska 11
		11:45-12:30	AQUA aerobic (basen)	ul. Ludwinowska 11
		13:00-13:45	Taniec orientalny (Bellydance)	ul. Ludwinowska 11
		13:45-14:30	Taniec orientalny (Bellydance)	ul. Ludwinowska 11

KAWIARENKA „DLA SENIORA” czynna codziennie od 10-14

WYCIECZKI; WYJŚCIA; SPOTKANIA; IMPREZY INTEGRACYJNE

1	Dzień Kobiet	8 marca 2017 (środa)	Opiekun: Anna Kalinowska
2	„SENIOR W MUZEUM”	Spotkania wolontariuszy	www.fundacjahita.pl www.facebook.com/fundacjahita www.facebook.com/casmiechowity
3	SEZON TURYSTYCZNY dla SENIORÓW rok 2017	Spotkania integracyjne	Zaproszony gość z biura turystycznego Opracowanie całorocznego planu wyjazdów turystycznych

Koordynator : Anna Kalinowska; tel.518 329 888

Mail: casmiechowity@gmail.com

Biuro czynne w pon.-czwartku w godz.9-13 ZSPS ul.Miechowity 6