

CAS RADOSNY SENIOR

DYŻURY

od poniedziałku do piątku w godzinach 11.00-13.00
ul. Rostworowskiego 13 w Krakowie sala oświatowa
kontakt : tel.518-810-724 , 882-825-767
mail : radosnysenior@interia.pl

Harmonogram zajęć na 04.2017:

Poniedziałki :

Kurs języka angielskiego:

- grupa podstawowa 8.45 – 9.45 zaawansowana 9.45 - 10.45 **03.04.2017 r. ZAJĘCIA ODWOŁANE**
Ćwiczymy pamięć - 16.00 – 18.00

Wtorki :

Nordic walking - 9.30 – 11.30 (miejsce spotkania ul. Zamiejska 6 parking przy kościele)
Wykłady – zdrowe żywienie – 16.00 – 18.00

Środy :

Ćwiczenia ruchowe – 9.00 – 10.00
Agua aerobic – 13.45 – 14.30

Czwartki :

Zajęcia plastyczne – 10.00 – 12.00
Zajęcia teatralne – 16.00 – 18.00

Piątki :

Masaże relaksacyjne – 14.00 – 17.00
Sztuka mediacji – 17.00 – 18.00

Sobota :

zajęcia praktyczno – techniczne 16.00 – 18.00

Wszystkich chętnych serdecznie zapraszamy