

Centrum Aktywności Seniorów „Nie Dzieli Nas Wiek” Azory
31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21 tel: 727 430 999 www.fundacjaniedzielnaswiek.pl

Czerwiec 2017

Poniedziałek

godz. 10.00 – 12.00 – Warsztaty zdrowe gotowanie – prowadzą członkowie CAS

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz. 12.00 – 15.00 – Akademia Skutecznego Seniora (12.06)

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz. 15.00 – 16.00 – Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilaste, stretching .

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24

godz. 16.00 – 17.00 – Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24

Wtorek

godz. 10.00 – 12.00 – zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła.

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz. 16.00 -18.00 - Zdrowy i aktywny senior, automasaż. **Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

Środa

godz. 10 -12.00 - język rosyjski dla grupy średnio zaawansowanej (lista zamknięta)

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz. 14- 15.00 – Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilaste, stretching. **Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24**

godz. 15.00 – 16.00 – Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca, konsultacje w zakresie obsługi urządzeń mobilnych (komputer ,laptop)

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24

Czwartek

godz. 14.00 – 15.00 – język włoski – dla początkujących

godz. 15.00 – 16.00 – język angielski – dla początkujących

godz. 16.00 – 18.00 – zajęcia teatralne

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

Piątek

godz. 12.00-14.00 – kurs pierwszej pomocy w wodzie, gimnastyka w wodzie (lista zamknięta)

Miejsce spotkań: Basen „Fitnes Lemon” ul. Ludwinowska 11

godz. 16.00 – 18.00 - Kawiarenka senioralna - prelekcja, pokaz multimedialne, prezentacja swoich pasji.

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

Dodatkowo lub w zamian za zajęcia:

2.06.2017 (piątek) godz. 15.30-18.30 Festyn Azorski na terenie ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24

3.06.2017(sobota) godz.8.00-12.00 – Turniej piłkarski na terenie basenów Clepardii (pomoc wolontaryjna)

2-3.06 III Kongres „Srebrna Małopolska” i IV SENIORALIA (osobny program)

3-4 .06 WIELKA PARADA SMOKÓW. SMOKI MORZA ŚRÓDZIEMNEGO

Smoczy Piknik Rodzinny 3-4 czerwca, Bulwary przy Smocznej Jamie. 3 czerwca (sobota), godz. 10:00 - 21: 4.06 czerwca (niedziela), godz. 10:00 - 19:00

6.06 godz.16.00 – „W obliczu stresu” Dworek Białoprądnicki

8.06.2017. godz.9.00 – Turniej „Boules” DPS Kraków ul. Kluzeka 6

9.06.2017godz.16 (piątek) „Właściwości lecznicze miodu i produktów pszczelich” – wykład z Apiterapii czyli leczenia i zapobiegania chorobom przy pomocy miodu i produktów pszczelich. **Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

16.06.2017 – Bezpłatne badanie stóp. **Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21**

16– 18. 06 Bulwary Czerwieńskie – Jarmark Świętojański (bliższe informacje w terminie późniejszym)

18.06 godz. 14-22 – **Festyn Rodzinny – plac Omlotowy przy ul. Ojcowskiej w Bronowicach Wielkich**
Czerwiec - Cykle filmowo - warsztatowe w kinie PARADOX – wejście na karnet bezpłatny dla członków CAS-u „Nie Dzieli Nas Wiek – Azory”