

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 06.2017:

Poniedziałki :

Kurs języka angielskiego - grupa podstawowa 8.45 – 9.45 średnio zaawansowana 9.45 - 10.45
Ćwiczymy pamięć - 15.45 – 17.45

Wtorki :

Nordie walking - 9.30 – 11.30 (miejsce spotkania ul. Zamiejska 6 parking przy kościele)
Kurs języka angielskiego grupa zaawansowana 9.30- 10.30
Zajęcia - zdrowe żywienie (zajęcia kulinarne) – 16.00 – 18.00

Środy :

Gimnastyka rehabilitacyjna – 9.00 – 10.00
Agua aerobic – 13.45 – 14.30

Czwartki :

Gry planszowe – 10.00 – 11.00
Zajęcia techniczne oraz uprawa roślin ogrodowych - 14-16

Piątki :

Muzyko-terapia – 14.00 – 17.00 **9 czerwca zajęcia odwołane**
Kółko teatralno-wokalne – 15.00 – 16.00
Sztuka mediacji – 18.00 – 19.00

Wszystkie zajęcia odbywają się w salce parafialnej przy ul Zamiejskiej 6

10.06.2017 w godzinach od 15.00- 21.00 Parafialny Piknik Rodzinny - przy ul Zamiejskiej 6
Współorganizatorem jest CAS – zapraszamy wszystkie osoby chętne do pomocy w ramach
wolontariatu

30.05.2017 prelekcja pt. Bezpieczny senior - spotkanie z przedstawicielem policji . W tym dniu
zajęcia zdrowej żywności będą odwołane

Informujemy że w miesiącu czerwcu będziemy przyjmować zapisy od poniedziałku do piątku w
godzinach od 11.00-13.00 przy ul. Rostworowskiego 13 sala oświatowa lub pod nr tel.518-810-724 ,
882-825-767 do sekcji szachowej , rowerowej oraz drużyny piłkarskiej

Wszystkich chętnych serdecznie zapraszamy