

Harmonogram zajęć – obowiązuje od 1.01.2018

STYCZEŃ 2018

l.p.	dzień	godzina	rodzaj zajęć	miejsce
1	poniedziałek	09:30-11:00	SPACERY PO WOLI do dyspozycji kijki Nordic Walking	Zespół pałacowo-parkowy Willi Decjusza, Dzielnica VII Zwierzyniec
		11:15-13:15	ZDROWY TRYB ŻYCIA – spotkania z ekspertem	Willi Decjusza Sala Błękitna
2	wtorek	09:30-13:30	WARSZTATY LITERACKIE - PISZMY WIĘC - dla początkujących/średnio zaawansowanych	Willi Decjusza Sala Błękitna
		13.30	NASZE SPRAWY - spotkanie członków CAS-u 1 spotkanie w miesiącu (30 stycznia)	Willi Decjusza Sala Błękitna
3	środa	9:00-11:00	SPOTKANIA INSPIRUJĄCE – wykłady, ćwiczenia	Willi Decjusza Sala Błękitna
		11:15-12:15	Rozwój osobisty - spotkania indywidualne	Willi Decjusza kuchnia obok sali Błękitnej
		11:15-12:15	NOWE TECHNOLOGIE - zajęcia komputerowe (dwa spotkania 10.01 i 17.01)	Willi Decjusza Sala Błękitna
4	czwartek	10:00-10:45	PILATES – harmonia organizmu – dla początkujących	Klub Kultury „Wola” ul. Kr. Jadwigi 215
		11:00 – 13:00	Gry stolikowe – scrabble, brydż	Willi Decjusza Sala Błękitna
5	piątek	10:45 -11:30	BASEN z gimnastyką usprawniającą	Basen AGH, ul. Jana Buszka 4, Kraków

Propozycje dodatkowe:

wtorek 09.01.2018	16:00 - ~17:30	Wystawa w Muzeum Narodowym # WYSPIAŃSKI	Muzeum Narodowe ul. 3 Maja 1
poniedziałek 22.01.2018	13:45 – 15:00	Cykl spotkań z ciekawymi osobami – opowieść o życiu i pracy w RPA – prowadzenie Pani Jola Mirecka i Pani Anna Okrzesik	Willi Decjusza Sala Błękitna

Centrum Aktywności Seniorów w Willi Decjusza czynne od poniedziałku do piątku, w godz. 9:00-13:00

Koordynator: Iwona Sulejewska, tel.: +48 12 425 36 38 wew. 153, tel. kom.: +48 508 688 474, email:

iwona.sulejewska@villa.org.pl