

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

Luty 2018r.

Poniedziałek

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

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.12.00 - 13.00 - język włoski – dla początkujących

godz.13.00 - 14.00 - język angielski – dla początkujących

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz.16.00 - 18.00 - Zdrowy i aktywny senior, automasaż.

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

Środa

godz.10.30 -12.00 - język rosyjski dla grupy średnio zaawansowanej (lista zamknięta)

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz.14.00 -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

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24

Czwartek

godz.14.00 - 15.00 - język włoski – grupa średniozaawansowana

godz.15.00 - 16.00 - język angielski – grupa średniozaawansowana

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz.16.00 - 18.00 - zajęcia teatralne

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chelmońskiego 24

Piątek

godz. 12.30 - 14.00 - gimnastyka w wodzie

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:

30.01.(wtorek) godz.13.00 – Wyjście na wystawę „Wyspiański” - Muzeum Narodowe w Krakowie Gmach Główny Al. 3-Maja 1

10.02 (sobota) g.18.00 – Bal Karnawałowy w Sidzinie – zbiórka dla osób zapisanych godz.17.00 na pętli autobusowej Azory

28.02 (środa) Kulig w Bukowinie Tatrzańskiej w przypadku braku śniegu termy w Bukowinie. Godzina wyjazdu zostanie podana w późniejszym terminie

27.02 (wtorek) godz. 17.00 Muzeum PRL – Prywatki i przyjęcia.

Konsultacje indywidualne – porady w zakresie nowych technologii w uzgodnionym z prowadzącym terminie.

Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków