

Centrum Aktywności Seniorów 117

Adres: ul. Kurczaba 15, Kraków

kontakt – tel. 799 070 616

e-mail: cas117sp@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do czwartku w godzinach:

poniedziałek	12.30 – 16.30
wtorek	12.30 – 16.30
środa	12.30 – 16.30
czwartek	12.30 – 16.30

Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	13.00 – 14.30	Taniec	Ul. Kurczaba 15
	15.00 – 16.00	Obsługa urządzeń mobilnych	Ul. Kurczaba 15
	13.00 – 17.00	Kurs florystyczny	Ul. Kurczaba 15
	14.30 – 16.00	Spotkanie integracyjne	Ul. Kurczaba 15
	16.00 – 18.00	Kurs języka hiszpańskiego	Ul. Kurczaba 15
wtorek	14.30 – 16.00	Nordic walking	Ul. Kurczaba 15
	16.00 – 17.00	Gry multimedialne	Ul. Kurczaba 15
środa	13.00 – 14.00	Aqua - aerobik	Ul. Kurczaba 25
czwartek	13.00 – 17.00	Kurs kulinarny	Ul. Kurczaba 15
	14.30 – 16.30	Hortiterapia	Ul. Kurczaba 15

	16.30 – 17.15	Pilates	Ul. Kurczaba 15
	17.15 – 18.00	Zdrowy i aktywny senior	Ul. Kurczaba 15
piątek	13.30 – 14.15	Gimnastyka ogólnorozwojowa	Ul. Kurczaba 15
	15.15 – 17.15	Kurs fotograficzny	Ul. Kurczaba 15/ Ul. Mikołajska 21

Zajęcia dodatkowe w kwietniu 2018:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorki/ kwiecień	17.00	Spotkania integracyjne - wieczorki taneczne Klub B4	Klub B4 ul. Bracka 4
poniedziałku do piątku	13.00 – 17.00	Kawiarenka	Ul. Kurczaba 15
16 i 17.04.2018	11.30 – 12.00	Czytanie dzieciom	Ul. Kurczaba 15
Środy/ kwiecień	15.00 – 15.45	Koło plastyczne	Ul. Kurczaba 15
Poniedziałki	14.30 – 15.30	Chór	Ul. Kurczaba 15
10.04.2018	10.30-12.30	Wykład i badania na temat zdrowego stylu życia i odżywienia według terapii	Ul. Kurczaba 15
27.04.2018	09.00 – 11.30	Spartakiada szkolna	Ul. Kurczaba 15

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.