



## Centrum Aktywności Seniorów Miechowity

adres - ul. Miechowity 6 w Krakowie

kontakt – tel. tel. 518-329-888

e-mail: casmiechowity@gmail.com

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 -13.00
wtorek	9.00 -13.00
środa	9.00 -13.00
czwartek	9.00 -13.00
piątek	8.00 -12.00

**OBOWIĄZUJE OD 26.04.2018r.**

### Harmonogram zajęć stałych – kwiecień 2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-13.00	Kurs kulinarny 9.04, 23.04	ul. Miechowity 6
	12.00-12.45	Aqua aerobik	ul. Ludwinowska
	12.45-13.30	Czytanie bajek w przedszkolu	ul. Miechowity 6
wtorek	10.00-11.00	Nordic walking (zbiórka 9.50 przed	ul. Miechowity 6

		<b>szkolą na ul. Miechowity 6)</b>	
	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne /Rękodzieło	ul. Miechowity 6
	12.30-14.00	Hortiterapia	ul. Miechowity 6
środa	10.00-11.00	Florystyka	ul. Miechowity 6
	11.00-13.00	Fashion senior retro szyk	ul. Miechowity 6
	11.00-11.45	Pilates	ul. Miechowity 6
czwartek	8.30-9.15	Qi gong	ul. Miechowity 6
	9.15-10.15	Taniec w kręgu	ul. Miechowity 6
	10.15-11.15	Spotkanie integracyjne	ul. Miechowity 6
	15.30-17.00	Język niemiecki	ul. Miechowity 6
piątek	10.00-10.45	Gimnastyka ogólnorozwojowa	ul. Ludwinowska
	11.45-12.30	Aqua aerobik	ul. Ludwinowska
	10.00-11.30	Trening pamięci	ul. Miechowity 6
	11.30-12.15	Pilates	ul. Miechowity 6
	12.45-13.30	Czytanie bajek w przedszkolu	ul. Miechowity 6

### 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 Opiekun:

			Anna Kalinowska
18.04.2018	12.00-14.00	Spotkanie integracyjne - spotkanie z braffitterkami	ul. Miechowity 6 Opiekun: Anna Kalinowska
26.04.2018	10.30-12.30	Spotkanie z policją ( <b>odwołane</b> )	ul. Miechowity 6 Opiekun: Anna Kalinowska

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

**UWAGA: W CZWARTEK 12.04.2018r. ZAJĘCIA QI GONG SA ODWOŁANE!**

**Zajęcia z języka niemieckiego w czwartek 12.04. SA odwołane z powodu choroby prowadzącej.**

**Zbiórka na wtorkowe zajęcia nornic walking jest o godz. 9.50 przed szkołą na Miechowity.**

**Środowe zajęcia pilates zostały przeniesione z godz. 16 na godz. 11.**

**Spotkanie z policją 26.04.2018 (czwartek) odwołane.**

**ZAJĘCIA W PONIEDZIAŁEK 30.04.2018r. SA ODWOŁANE (szkoła jest zamknięta)**