



## Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

adres - ul. Rostworowskiego 13

kontakt – tel. 882-825-767 lub 518-810-724

e-mail [radosnysenior@interia.pl](mailto:radosnysenior@interia.pl)

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

poniedziałek	11.00-13.00
wtorek	11.00-13.00
środa	11.00-13.00
czwartek	11.00-13.00
piątek	11.00-13.00

### OBOWIĄZUJE OD 4 maja 2018 r.

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – MAJ 2018

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	8.00-9.00	j.angielski gr.średniozawans.	ul. Zamiejska 6
	9.00-10.00	j.angielski gr.podstawowa	ul. Zamiejska 6
	14.00-16.00	kurs komputerowy	Technikum Łączności ul.Monte Cassino 31
	15.45-16.45	Gry stolikowe	ul. Zamiejska 6
wtorek	08.00-09.00	j.angielski gr.zaawansowana	ul. Zamiejska 6
	11.00-13.00	zdrowa żywność - zajęcia kulinarne	ul. Rostworowskiego 13
	12.30-14.00	tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13
	16.00-18.00	zajęcia w ogrodzie	ul. Zamiejska 6
środa	9.00-10.00	gimnastyka	ul. Rostworowskiego 13
	13.45-14.45	aqua aerobik	ul. Ludwinowska

czwartek	10.00-11.00	nord woking	ul. Zamiejska 6
	12.30-13.30	kółko teatralne ( ruch sceniczny )	ul. Rostworowskiego 13
	16.00-18.00	spotkania integracyjne w Pizza House	ul.Kobierzyńska 142
piątek	15.15-16.15	kółko teatralne ( emisja głosu )	ul. Zamiejska 6
	16.15-17.15	zajęcia techniczne	ul. Zamiejska 6
	17.15-18.15	zajęcia plastyczne	ul. Zamiejska 6
	07.00-09.00	muzykoterapia- nauka prawidłowego oddechu	ul. Zamiejska 6
sobota	11.00-12.30	trening tenisa stołowego	

### **Zajęcia dodatkowe w maju 2018:**

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
09.05.2018	10.00-14.00	zlot Cas-ów w Willi Decjusza	
12.05.2018	07.00	wyjazd do Sandomierza	
20.05.2018	17.00	koncert w Teatrze Słowackiego	Piosenki Mojej Młodości
22.05.2018	09.00	wycieczka do Pisarzowic - kwitnące azalie	
26.05.2018	18.00	Koncert Pięciu Tenorów ICE KRAKÓW Congress Centre	
30.05.2018	18.00-19.00	spotkanie z artystą	

**Odwołane zajęcia aqua aerobik 02.05.2018**

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**