

Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów

adres – ul. Witosa 39, 30-612 Kraków

kontakt – tel. 510 789 340

e-mail – sdn.cas2@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00 – 14:00
wtorek	10:00 – 14:00
środa	10:00 – 14:00
czwartek	10:00 – 14:00
piątek	10:00 – 14:00

OBOWIĄZUJE OD 1 CZERWCA

Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9:30-10:30	Ćwiczenia rozciągające izometryczne gr.I	25.06 – nie ma zajęć (wycieczka całodniowa)
	10:45-11:45	Ćwiczenia rozciągające izometryczne gr.I	25.06 – nie ma zajęć (wycieczka całodniowa)
	12:00-13:00	KURS Zdrowy Senior gr.I	25.06 – nie ma zajęć (wycieczka całodniowa)
	13:00-14:00	KURS Zdrowy Senior gr.II	25.06 – nie ma zajęć (wycieczka całodniowa)
wtorek	11:00-12:00	Zajęcia plastyczne (robótki ręczne)	
środa	9:30-10:30	Język angielski (gr.podstawowa)	27.06 – nie ma zajęć (kafejka internetowa)
	10:30-11:30	Trening umysłu gr.I	27.06 – nie ma zajęć (kafejka internetowa)
	11:30-12:30	Język angielski (gr.zaawansowana)	27.06 – nie ma zajęć (kafejka internetowa)
	12:30-13:30	Trening umysłu gr. II	27.06 – nie ma zajęć (kafejka internetowa)
	13:00-14:00	Fitness	27.06 – nie ma zajęć

czwartek	10:30–11:30	Zajęcia z tabletami	07.06 – nie ma zajęć (Senioralia)
	12:00-14:00	Konsultacje komputerowe	07.06 – nie ma zajęć (Senioralia)
piątek	10:00-12:00	Wspólne gry (brydż, szachy, planszówki, kalambury muzyczne)	01.06 – nie ma zajęć (kafejka internetowa) 08.06 – nie ma zajęć 15.06 – nie ma zajęć

Zajęcia dodatkowe w CZERWCU 2018

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
25.06	9:00 – 18:00	Wycieczka całonocna do Kopalni Soli w Bochni	Ilość miejsc ograniczona, pierwszeństwo mają osoby aktywnie angażujące się w akcje wolontaryjne. Szczegóły dostępne w CASie. Zapis osobisty możliwy tylko 23.05, 25.05, 20.06

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy