



Centrum Aktywności Seniorów „Senior Optymista”

adres - Kraków, ul. Sienkiewicza 2a

kontakt – tel. 12 634 51 57

e-mail litewkamalgorzata@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	15.00-19.00
wtorek	15.00-19.00
środa	15.00-19.00
czwartek	10.00-14.00
piątek	10.00-14.00

OBOWIAZUJE OD 1 czerwca 2018

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Piątek 01.06	10.00-14.00	Warsztaty kulinarne	Prowadzi M. Litewka
Poniedziałek 04.06	15.00-16.00	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	16.00-19.00	„Oszuści są wśród nas”	Prowadzi St. Sierżant KMP Piotr Szpiech
Wtorek 05.06	10.30-11,15	Gimnastyka w basenie	ul. Ingardena
	15.00-16.30	Spotkanie klubowe	
	16.30-19.00	Międzypokoleniowe rozgrywki	Szachy
Środa 06.06	9.45-13.00	Nordic walking zajęcia prowadzi K. Kruczek	Spotkanie o 9.45 przystanek Salwator
	15.00-17.00	Spotkanie klubowe	
	17.00-19.00	Spotkanie z dietetykiem	
Czwartek 07.06	11.00-11.45	Gimnastyka Fit by step	ul. Królewska 1
	10.30-11.30	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	11.30-14.00	Rozgrywki bridge	

Piątek 08.06	10.00-14.00	Spotkanie klubowe	
Poniedziałek 11.06	15.00-16.00	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	16.00-17.30	Polacy we Francji	Prowadzi Wanda Wielgosz
	17.30-19.00	Spotkanie klubowe	
Wtorek 12.06	10.30-11,15	Gimnastyka na basenie	ul. Ingardena
	15.00-16.30	Spotkanie klubowe	
	16.30-19.00	Międzypokoleniowe rozgrywki	Szachy
Środa 13.06	13.00-14.30	Nordic walking prowadzi K. Kruczek	Spotkanie o 13.00 na Salwatorze
	15.00-16.30	Spotkanie klubowe	
	16.30-19.00	Warsztaty plastyczne	Prowadzi R. Godawska
Czwartek 14.06	11.00-11.45	Gimnastyka Fit by step	ul. Królewska 1
	10.30-11.30	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	11.30-14.00	Rozgrywki bridge	
Piątek 15.06	10.00-11.00	Spotkanie klubowe	
	11.00-14.00	Warsztaty kulinarne	Prowadzi M. litewka
Poniedziałek 18.06	15.00-16.30	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	16.00-16.30	Spotkanie klubowe	
	16.00-19.00	„Wiem co podpisuję”	Prowadzi CIK
Wtorek 19.06	15.00-16.30	Spotkanie klubowe	
	16.30-19.00	Międzypokoleniowe bridge	
Środa 20.06	15.00-17.00	Spotkanie klubowe	
	17.00-19.00	Ród historią silny - Zbrojowie	Prowadzi M. Litewka
Czwartek 21.06	10.30-11.30	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	11.30-14.00	Kolorowanki dla dorosłych	
Piątek 22.06	10.00-11.00	Spotkanie klubowe	
	11.00-14.00	Rozwijanie procesów myślowych i pamięci długotrwałej	Prowadzi Wanda Matras
Poniedziałek 25.06	15.00-16.00	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	16.30-19.00	Podróż - zachodnie Ukrain cz. II	Prowadzi R. Rettinger

Wtorek 26.06	15.00-17.00	Rozgrywki bridge	
	od 18.30	Wyjście do teatru „Bagatela”	
Środa 27.06	15.00-17.00	Spotkanie klubowe	
	od 18.30	Wyjście do teatru „Bagatela”	
Czwartek 28.06	10.30-11.30	Konwersacje z języka francuskiego	Prowadzi Wanda Wielgosz
	11.30-14.00	Kolorowanki dla dorosłych cz. II	
Piątek 29.06	10.00-12.00	Spotkanie klubowe	
	12.00-14.00	Spacer z kijkami	Prowadzi M. Litewka