



Centrum Aktywności Seniorów Senior w Centrum

ul. Berka Joselewicza 28, Kraków
(wejście od drugiej strony budynku)

tel. 12 265 65 53, 733 131 638

email: kontakt@seniorwcentrum.pl

strona internetowa: www.seniorwcentrum.pl

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 01.08.2018

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2018

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
poniedziałek	11:00 - 13:00	j. angielski - konwersacje	indywidualne spotkania dla osób chętnych ze wszystkich grup angielskiego.
wtorek	10:00 - 11:00	Nordic Walking - spacer z kijami po Parku Bednarskiego	miejsce spotkania: wejście do Parku Bednarskiego od strony ul. Parkowej (idąc od Rynku Podgórskiego), konieczność posiadania własnych kijów, lub można wypożyczyć w CAS; treningi w większości bez instruktora
środa	12:00 - 14:00	kawiarenka	
	12:00 - 14:00	gramy, gry, gramy	zapraszamy na dodatkowe godziny z grami planszowymi i stolikowymi, aby urozmaicić czas kawiarni w ten wakacyjny czas
czwartek	10:30 - 12:30	gramy, gry, gry	gry planszowe i stolikowe
	12:00 - 13:00	gimnastyka prowadzący: Agnieszka Jastrzevska	

	12:30 - 14:30	kawiarenka	
	13:00 - 14:00	gimnastyka prowadzący: Agnieszka Jastrzewska	
piątek	11:00 - 12:00	gadżety, pomoc czy frustracja	Pomoc w obsłudze telefonów, tabletów, komputerów i in. urządzeń elektronicznych. 31.08 zajęcia odwołane

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2018

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
31.08.2018 piątek	11:00 - 12:00	Bezpłatne porady prawne	obowiązują wcześniejsze zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.