

Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – sdn.cas@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	9:00 – 13:00

OBOWIAZUJE OD 1 WRZEŚNIA

Harmonogram zajęć stałych – *WRZESIEŃ* 2018

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11:00-12:00	Język angielski gr. I	03.09 – zajęcia odwołane (nieobecność prowadzącego)
	12:00-13:00	Język angielski gr. II	
wtorek	11:00-12:00	Zajęcia z tabletami	
środa	10:00-11:00	Ćwiczenia rozciągające-izometryczne	
	11:30-12:30	Zdrowy tryb życia	
czwartek	10:00-11:00	Trening umysłu	27.09 zajęcia nie odbędą się (w tym dniu organizowana jest całodzienna wycieczka do Wiśnicza)
piątek	10:00-13:00	Kawiarenka internetowa	

Zajęcia dodatkowe – *WRZESIEŃ* 2018

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
27.09.2018	Wycieczka całodzienna	Wycieczka do Zamku w Wiśniczu: zwiedzamy Zamek, Bastion VR, Kaplice i Kryptę grobową Lubomirskich	Ilość miejsc ograniczona, pierwszeństwo mają osoby aktywnie angażujące się w akcje wolontaryjne.

