

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 |

O B O W I A Z U J E O D 4 W R Z E Ś N I A

Harmonogram zajęć stałych – WRZESIEŃ 2018

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|-------------|--|--|
| poniedziałek | 09:30-10:30 | Ćwiczenia rozciągające gr.I | |
| | 10:45-11:45 | Ćwiczenia rozciągające gr.II | |
| | 12:00-13:00 | Zajęcia: Zdrowy tryb życia | |
| wtorek | 10:00-11:00 | Fitness | |
| | 11:00-12:00 | Zajęcia plastyczne (robótki ręczne) | |
| środa | 09:30-10:30 | Zajęcia: Język angielski (gr. I) | W dniu 05.09 zajęcia z języka angielskiego oraz trening umysłu nie odbędą się z powodu nieobecności prowadzącego |
| | 10:30-11:30 | Zajęcie: trening umysłu (gr. I) | |
| | 11:30-12:30 | Zajęcia: Język angielski (gr. II) | |
| | 12:30-13:30 | Zajęcie: trening umysłu (gr. II) | |
| czwartek | 11:00-13:00 | Zajęcia teatralne | |
| piątek | 10:00-11:00 | KURS: Kulturalny Senior gr. I | |
| | 11:00-12:00 | KURS: Kulturalny Senior gr. II | |
| | 12:00-13:00 | Wspólna piosenka | |

Zajęcia dodatkowe – WRZESIEŃ 2018

| Data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|-------------|----------------|-------------------------------|--|
| 20.09. 2018 | Ok godz. 11 | Wycieczka do Muzeum Bursztynu | Ilość miejsc ograniczona, pierwszeństwo mają osoby aktywnie angażujące się w akcje wolontaryjne. |