

Centrum Aktywności Seniorów 117

Adres: ul. Kurczaba 15, Kraków

kontakt – tel. 799 070 616

e-mail: cas117sp@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	14.00 – 18.00
wtorek	14.00 – 18.00
środa	14.00 – 18.00
czwartek	14.00 – 18.00
piątek	14.00 – 18.00

O B O W I A Ż U J E O D 3 G R U D N I A 2 0 1 8

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – grudzień 2018

miesiąc

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ		UWAGI
Poniedziałek	15.00 – 17.00	3	Gry multimedialne	ul. Kurczaba 15
	16.00 – 18.00	17		
Wtorek	9.15 – 10.00	Gimnastyka i taniec łączą pokolenia – zajęcia ruchowe w przedszkolu		
	14.00 – 16.00	Kurs kulinarny 10; 17		
	16.00 – 16.45	Gimnastyka ogólnorozwojowa 4		
Środa	9.45 - 11.15	Aqua – aerobik		ul. Kurczaba 26
	17.00 – 17.45	Zdrowy i aktywny senior 5		ul. Kurczaba 15
	9.15 – 10.00	Zajęcia plastycno – techniczne z seniorami w przedszkolu		
	14.00 – 16.00	Florystyka 13		
	14.00 – 16.00	Hortiterapia 6		

Piątek	14 – 18.00	Wycieczka, kino	
---------------	------------	-----------------	--

Zajęcia dodatkowe w grudniu 2018:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 3	14.00 – 15.00	Spotkanie integracyjne:	ul. Kurczaba 15
Od poniedziałku do piątku	14.00 – 18.00	Kawiarenka	ul. Kurczaba 15
Poniedziałek 10	17.00 – 21.00	Impreza mikołajkowo-święteczną w Centrum Obywatelskim	ul. Reymonta
Piątek 7	9.00 – 19.30	Dzień Zdrowia Seniora 2018	Centrum Kongresowy ICE

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.