

Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów
 adres - ul. Witosza 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 |

OBOWIĄZUJE OD 1 GRUDNIA

Harmonogram zajęć stałych – GRUDZIEŃ 2018

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|-------------|---|--|
| poniedziałek | 09:30-10:30 | Ćwiczenia rozciągające-izometryczne gr.I | 24.12 – zajęć nie będzie (kafeteria internetowa) 31.12 – zajęć nie będzie (kafeteria internetowa) |
| | 10:45-11:45 | Ćwiczenia rozciągające-izometryczne gr.II | |
| | 12:00-14:00 | Zajęcia Zdrowy tryb życia | |
| wtorek | 10:00-11:00 | Fitness | |
| | 11:00-12:00 | Poznaj Smartfona (zajęcia komputerowe) | |
| | 12:30-13:30 | Konsultacje komputerowe | |
| środa | 09:30-10:30 | Język angielski gr. I (gr.podstawowa) | 19.12 – zajęć nie będzie (kafeteria internetowa) |
| | 10:30-11:30 | Trening umysłu gr. I | |
| | 11:30-12:30 | Język angielski gr. II (gr.zaawansowana) | |
| | 12:30-13:30 | Trening umysłu gr. II | |

| | | | |
|-----------------|-----------------------------------|---|--|
| czwartek | 10:00-11:00 | Zajęcia plastyczne (wspólne robienie ozdób choinkowych) | 20.12 – zajęć nie będzie (Spotkanie Świąteczne) 27.12 – zajęć nie będzie (kafejka internetowa) |
| | 11:30-13:30 | Zajęcia teatralne | 06.12 – wyjątkowo zajęcia odbędą się w godz. 13:00-15:00 20.12 – zajęć nie będzie (Spotkanie Świąteczne) 27.12 – zajęć nie będzie (kafejka internetowa) |
| piątek | 10:00-11:00 | KURS Kulturalny Senior gr. I | 07.12 – ostatnie zajęcia Kursu |
| | 11:00-12:00 | KURS Kulturalny Senior gr. II | |
| | 12:00-13:00 lub 11:00-12:00 | Wspólne Kolędowanie | 07.12 – zajęcia w godz. 12:00-13:00 14.12 i 21.12 – zajęcia w godz. 11:00-12:00 28.12 – zajęć nie będzie (kafejka internetowa) |

Zajęcia dodatkowe – GRUDZIEŃ 2018

| Data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------------------|---------|--|---|
| 06.12.2018 (czwartek) | 16:00 | Odbędą się Mikołajki przy słodkim poczęstunku, sala widowiskowa (I piętro) | Nasze kółko teatralne przygotowało przedstawienie dla Seniorów i Wnuków a także spotkanie ze Św. Mikołajem, który będzie rozdawał prezenty najmłodszym ☺ |
| 20.12.2018 (czwartek) | 11:00 | Odbędzie się wspólne „Spotkanie Świąteczne z Kolędą” | Zapraszamy serdecznie wszystkich Naszych Seniorów na słodki poczęstunek. Zachęcamy do przyniesienia ze sobą różnego rodzaju wyrobów i smakołyków ☺ |