

Centrum Aktywności Seniorów
Kurdwanówadres - 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 9 LUTEGO

Harmonogram zajęć stałych – LUTY 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	09:30-10:30	KURS Sprawny Senior gr.I (ćwiczenia)	
	10:45-11:45	KURS Sprawny Senior gr.II (ćwiczenia)	
	12:00-13:00	Zdrowy tryb życia	
wtorek	10:00-11:00	Fitness	
	11:30-12:30	Zajęcia plastyczne	
środa	09:30-10:30	Język angielski gr.I (gr. podstawowa)	27.02 – zajęć nie będzie (Spotkanie z Policjantem)
	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	10:30-11:30	Język włoski od podstaw	
	12:00-13:00	Zajęcia teatralne	

piątek	10:30-11:30	Gimnastyka dla Seniora	01.02 – zajęć nie będzie (pierwsze zajęcia rozpoczynają się 8.02)
	12:00-13:00	Wspólna Piosenka (Piosenka Miłosna)	

Zajęcia dodatkowe – LUTY 2019

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
20.02	19:00	Wyjście do Teatru Ludowego (Scena pod Ratuszem) na spektakl pt. „Wszystko o kobietach”	Ilość miejsc ograniczona, szczegóły dostępne w CASie. Pierwszeństwo mają osoby uczestniczące w wolontariacie.
27.02	11:00	Spotkanie z Policjantem przy słodkim poczęstunku „Bezpieczny Senior na drodze”	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy