

## Centrum Aktywności Seniorów „Źródło”

adres - ul. Armii Krajowej 95

kontakt – tel. 535 538 450

e-mail ester@strusiowo.pl

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

|              |             |
|--------------|-------------|
| poniedziałek | 9.00 -14.00 |
| wtorek       | 9.00 -14.00 |
| środa        | 9.00 -14.00 |
| czwartek     | 9.00 -14.00 |
| piątek       | 9.00 -14.00 |

**OBOWIĄZUJE OD 1 marca 2019**

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – *marzec* 2019

*miesiąc*

| dzień        | godzina       | rodzaj zajęć                          | uwagi  |
|--------------|---------------|---------------------------------------|--|
| poniedziałek | 10.00 -11.00  | zajęcia językowe – grupa zaawansowana |  |
|              | 11.00 -12.00  | zajęcia językowe – grupa początkująca |  |
|              | 12.00 – 14.00 | zajęcia szachowe                      |  |
| wtorek       | 10.00 - 12.00 | zajęcia teatralne                     |  |
|              | 12.00 -14.00  | kawiarenka obywatelska                |  |
|              | 16.15 – 18.15 | ćwiczenia w basenie                   | Zajęcia odbywają się na basenie AGH po wcześniejszym wpisaniu się na listę |
| środa        | 10.00 – 12.00 | zajęcia ruchowe                       |  |
|              | 12.00- 14.00  | przygotowanie do turystyki            |  |

|          |                              |   |  |
|----------|------------------------------|---|--|
|          |                              | pieszej, rowerowej, wodnej  |  |
| czwartek | 10.00-12.00<br>12.00 – 14.00 | zdrowe gotowanie i żywienie<br>obsługa urządzeń technologicznych        |  |
| piątek   | 9.00 – 13.00                 | zajęcia brydżowe – Szkoła Podstawowa nr 10 ul. Błachnickiego w Krakowie |  |

### Zajęcia dodatkowe w *marcu* 2019:

| data       | godzina | rodzaj zajęć                             | uwagi                              |
|------------|---------|--|------------------------------------|
| 14.03.2019 | 7.30    | Wyjazd do term w Chochołowie i Orawicach | Obowiązują wcześniejsze zgłoszenia |
|            |         |  |                                    |

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**