

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

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2019 r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	10:00 – 11:00	Cykl zajęć interpersonalnych „Trening zapamiętywania”	
	16:00 – 17:00	Gimnastyka dla Seniorów	w sali gimnastycznej XLIII LO, ul. Limanowskiego 62-64
wtorek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	13:30 – 15:00	Kurs: „Oswoić komunikatory”	w czerwcu 2019 r. bez 25.06.2019 r.
środa	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	10:00 – 12:00	Gry stolikowe	
	12:00 – 14:00	„Historia Żydów w Krakowie – zwiedzanie zabytków Kazimierza” cz. I 12:00 – 14:00	w czerwcu 2019 r. tylko 27.06.2019 r. zbiórka przed Muzeum Judaistycznym ul. Szeroka
	17:30 – 19:00	Zajęcia plastyczne „Drugie życie starych dzinsów: torba”	w czerwcu 2019 r. tylko 12.06.2019 r.
czwartek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	
	10:00 – 11:00	Język angielski Poziom podstawowy	
	11:00 – 12:00	Język angielski Poziom średniozaawansowany	
piątek	10:00 – 14:00	Klub Seniora / kawiarenka	

Zajęcia dodatkowe – czerwiec 2019 r.

termin	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałki, środy i piątki od 1.04.2019 do 27.09.2019 r.	9:00 – 10:00 lub 10:00 – 11:00	Spacery nordic-walking lub trening na rowerku stacjonarnym (70 godzin) oraz badania 30 wskaźników z krwi	zajęcia bezpłatne dostępne tylko dla kobiet w wieku 65 – 74 lata AWF
12.06.2019	11:00 – 18:00	Wycieczka statkiem do Tyńca Zwiedzanie Opactwa Benedyktynów	Organizatorzy: Fundacja Anma, CAS Srebrzysta Krowodrza, CAS Srebrzyste Podgórze Koszt: 80,00 zł Obejmuje: <ul style="list-style-type: none"> • rejs statkiem Jan Sobieski w obie strony, • obiad 2-daniowy z kompotem, • zwiedzanie Opactwa z przewodnikiem. Zapisy i wpłaty do końca maja 2019 r.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.