

Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów

adres - ul. Witosa 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 LIPCA
Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2019

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11:00-13:00	Zdrowy tryb życia	
wtorek	11:00-13:00	KURS E-Senior gr.I (Obsługa laptopa)	<u>02.07</u> – kursu nie ma (kafejka CAS) <u>09.07</u> – kursu nie ma (kafejka CAS)
	13:00-15:00	KURS E-Senior gr.II (Obsługa laptopa)	
środa	10:00-11:00	Trening umysłu	
	11:00-12:00	Relaksacja i rozwój osobisty	
czwartek	10:30-11:30	Nordic-Walking	
	12:00-13:00	Zajęcia plastyczne	
piątek	11:00-12:00	Wspólna Piosenka (Piosenka Biesiadna)	

Zajęcia dodatkowe – *LIPIEC 2019*

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
30.07.2019 (wtorek)	-	Wycieczka całodniowa do Terma Bania (Białka Tatrzańska)	Ilość miejsc ograniczona, obowiązują zapisy. Szczegóły dostępne w CASie.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy