



Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

adres: ul. Rostworowskiego 13; 30-358 Kraków

kontakt: tel. 515 281 211 lub 606 800 972

e-mail: radosnysenior@interia.pl

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 lipiec 2019 r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – *LIPIEC* 2019

Miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
poniedziałek	10.30 – 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 – 14.30	Tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13
	15.45 – 16.45	Gry logiczne i sprawnościowe	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
wtorek	10.00 – 11.00	Nordic walking	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	11.00 – 13.00	Zajęcia – zdrowe żywienie	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 – 14.00	Tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13
	16.00 – 17.00	Zajęcia chóru	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	10.30 – 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.45 – 14.45	Aqua aerobic	ul. Ludwinowska 11
czwartek	9.00 – 10.00	Nordic walking	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	12.00 – 13.00	Zajęcia z języka rosyjskiego	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 – 14.30	Tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13
piątek	9.00 – 10.00	Gimnastyka (zaawansowana)	ul. Rostworowskiego 13
	10.00 – 11.00	Gimnastyka	ul. Rostworowskiego 13
	15.30 – 17.30	Zajęcia techniczne	ul. Zamiejska 6 (Skośna)

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

