



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

OBYWIAZUJE OD 4 lipca 2019 r.

Harmonogram zajęć stałych – *LIPIEC 2019*

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)

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2019 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
niedziela 7, 14, 21	19.00	Wyjścia na koncerty II Letniego Festiwalu Operetkowego na Wiśle im. Iwony Borowickiej.	
czwartek 18		Wycieczka do Kopalni Soli w Bochni.	
niedziela 28		Wyjście na koncert operetkowy w Kopalni Soli w Wieliczce	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.