

**Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów**

adres - ul. Witosa 39, 30-612 Kraków

kontakt – tel. 510 789 340

 e-mail – [sdn.cas2@gmail.com](mailto: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 16 LIPCA**
**Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2019**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>poniedziałek</b>	11:00-13:00	Zdrowy tryb życia	
<b>wtorek</b>	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)	
<b>środa</b>	10:00-11:00	Trening umysłu	
	11:00-12:00	Relaksacja i rozwój osobisty	
<b>czwartek</b>	10:30-11:30	Nordic-Walking	
	12:00-13:00	Zajęcia plastyczne	
<b>piątek</b>	11:00-12:00	Wspólna Piosenka (Piosenka Biesiadna)	

### Zajęcia dodatkowe – *LIPIEC 2019*

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**