

**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 1 SIERPNI**
**Harmonogram zajęć stałych – SIERPIEŃ 2019**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>poniedziałek</b>	11:00-13:00	Zdrowy tryb życia	
<b>wtorek</b>	11:00-12:00	Czas integracji / kafejka CAS	<u>06.08</u> – nie ma zajęć (wycieczka Terma Bania)
<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	<u>01.08</u> – zajęć nie ma (kafejka CAS)
	12:00-13:00	Zajęcia plastyczne	
<b>piątek</b>	11:00-12:00	Wspólna Piosenka (Piosenka Biesiadna)	

## Zajęcia dodatkowe – *SIERPIEŃ 2019*

<b>Data</b>	<b>godzina</b>	<b>rodzaj zajęć</b>	<b>uwagi</b>
06.08.2019 (wtorek)	-	Wycieczka całonocna do Terma Bania (Białka Tatrzańska)	Ilość miejsc ograniczona, obowiązują zapisy. Szczegóły dostępne w CASie.

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy**