

## Centrum Aktywności Seniorów „Tekla”

adres - Kraków, ul. Działowskiego 1

kontakt – tel. 535 538 450

e-mail [ester@strusiowo.pl](mailto:ester@strusiowo.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12.00 -16.00
wtorek	15.00 -19.00
środa	13.00 -17.00
czwartek	14.00 -18.00
piątek	13.00 -17.00

### **OBOWIĄZUJE OD 5 sierpnia 2019**

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – *sierpień* 2019

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	13.00 -15.00	zajęcia teatralne	
	18.00 – 19.00	nordic walking	
wtorek	15.00 - 17.00	zajęcia zdrowego gotowania i żywienia	
	17.00 – 18.00	spotkanie z koordynatorem	
	18.00-19.00	zajęcia fitness	
środa	15.00- 16.00	przygotowanie do turystyki pieszej, rowerowej, wodnej	
czwartek	17.00 -18.00	kawiarenka obywatelska	
	18.00-19.00	nordic walking	
piątek			

### **Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2019:**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
10.08.2019	9.00	Wyjazd integracyjny do Koninek	Obowiązują wcześniejsze zapisy

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**