

Centrum Aktywności Seniorów „Borsuczek”

adres: Kraków ul. Borsucza 12

telefon: 535 538 450

e-mail: ester@strusiowo.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 2 września 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – wrzesień 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-13.00	Zajęcia teatralne	
wtorek	10.00 -12.00	Taniec w kręgu	
	12.00 – 13.00	Gimnastyka	
	13.00 – 14.00	Spotkanie z koordynatorem	
środa	10.00-13.00	Zajęcia brydżowe	
	11.00 – 13.00	Zajęcia zdrowe gotowanie i żywienie	
	9.00- 11.00	Zajęcia na basenie – gimnastyka w wodzie	
czwartek	10.00 – 12.00	Kawiarenka obywatelska	
	13.00 – 15.00	Nordic walking	

piątek	10.00-12.00	Przygotowanie do turystyki, zasady bezpieczeństwa i organizacji wyjazdów	
	12.00 -14.00	Seniorska akademia obywatelska	

ZAJĘCIA DODATKOWE – wrzesień 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.