



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

OBOWIAZUJE OD 18 września 2019 r.

Harmonogram zajęć stałych – *WRZESIEŃ 2019*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
poniedziałek	10.30 - 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	15.45 - 16.45	Gry logiczne i sprawnościowe	ul. Rostworowskiego 13
wtorek	8.00 - 10.00	Zajęcia z języka angielskiego	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	11.00 - 13.00	Zajęcia – zdrowe żywienie	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 - 14.00	Tenis stołowy	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	13.00 - 15.00	Zajęcia plastyczne	ul. Rostworowskiego 13
	16.00 - 17.00	Zajęcia chóru	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	8.00 - 10.00	Zajęcia z języka angielskiego	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.30 - 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.45 - 14.45	Aqua aerobic	ul. Ludwinowska 11
czwartek	9.00 - 11.00	Nordic walking	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.00 - 12.00	Malarstwo (akwarele)	ul. Rostworowskiego 13
	12.00 - 13.00	Zajęcia z języka rosyjskiego	ul. Rostworowskiego 13

	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
piątek	9.00 - 11.00	Gimnastyka	ul. Rostworowskiego 13
	15.30 - 17.30	Zajęcia techniczne	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
sobota	13.45 - 15.30	Basen	ul. Strąkowa 3A

Zajęcia dodatkowe wrzesień 2019 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
		Zajęcia z języka angielskiego	Obowiązuje od 18.09.2019
14.09.2019r	18.00	Wyjście do Opery	Koncert pt. "Na rogu Lubicz i Borowickiej"
19.09.2019r		Wycieczka do Częstochowy	
25.09.2019r	10.00-12.30	Realizacja Projektu Mikro Inicjatywy Seniorów	ul. Rostworowskiego 13
26.09.2019r	9.00-11.30	Realizacja Projektu Mikro Inicjatywy Seniorów	ul. Rostworowskiego 13
27.09.2019r	11.00-13.30	Realizacja Projektu Mikro Inicjatywy Seniorów	ul. Rostworowskiego 13
30.09.2019r	12.00-14.30	Realizacja Projektu Mikro Inicjatywy Seniorów	ul. Rostworowskiego 13

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.