



Centrum Aktywności Seniorów „Źródło”

adres - Kraków, ul. Podchorążych 3

kontakt – tel. 535 538 450

e-mail ester@strusiowo.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00 -14.00
wtorek	9.00 -14.00
środa	9.00 -14.00
czwartek	9.00 -14.00
piątek	9.00 -14.00

O BOWIĄZUJE OD 18 października 2019

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – październik 2019

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 -12.00	zajęcia szachowe	
	12.00 -14.00	kawiarenka obywatelska	
wtorek	9.30 - 11.00	zajęcia z języka angielskiego	
	10.00 -12.00	zajęcia teatralne	
	12.30 – 14.00	taniec w kręgu	
środa	10.00 – 11.00	zajęcia nordic walking	
	11.00 – 12.00	zajęcia ruchowe	
	12.00- 14.00	przygotowanie do turystyki pieszej, rowerowej, wodnej	
czwartek	10.00-12.00	zdrowe gotowanie i żywienie	
	12.00 -14.00	zdrowy tryb życia	
piątek	9.00 – 13.00	zajęcia brydżowe – Szkoła Podstawowa nr 10 ul. Błachnickiego w Krakowie	
	10.00 -12.00	Zajęcia na basenie	Basen AGH obowiązują wcześniejsze zapisy

Zajęcia dodatkowe w PAŹDZIERNIKU 2019:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
3.10 (czwartek)	7.00	Wyjazd edukacyjny do Krynicy (wieża widokowa)	Obowiązują wcześniejsze zapisy
9.10 (środa)	6.00	Wyjazd na grzybobranie	Obowiązują wcześniejsze zapisy
17.10 (czwartek)	7.30	Wyjazd do term	Obowiązują wcześniejsze zapisy
23.10 (środa)	7.30	Wyjazd edukacyjny do Lanckorony i Kalwarii Zebrzydowskiej	Obowiązują wcześniejsze zapisy
25.10 (środa)	7.30	Wyjazd edukacyjno – turystyczny „Szlakiem Janosika”	Obowiązują wcześniejsze zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.