



Centrum Aktywności Seniorów „Borsuczek”

adres: Kraków ul. Borsucza 12

telefon: 535538450

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 18 października 2019

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – październik 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-11.00	Zajęcia teatralne	
	11.30 -13.00	Język angielski	
wtorek	10.00 -12.00	Taniec w kręgu	
	12.00 – 13.00	Gimnastyka I gr	
	13.00 – 14.00	Spotkanie z koordynatorem	
środa	9.00- 11.00	Zajęcia na basenie – gimnastyka w wodzie	basen przy Szkole Podstawowej nr 158 ul. Strąkowa 3A , obowiązują wcześniejsze zapisy
	10.00 – 13.00	Zajęcia brydżowe	
	11.00- 13.00	Zajęcia zdrowe gotowanie i żywienie	
czwartek	9.30 -11.00	Trening pamięci	od 24.10.2019
	10.00 – 12.00	Kawiarenka obywatelska	
	13.00 – 14.00	Gimnastyka II gr	
	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 – październik 2019

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
3.10 (czwartek)	7.00	Wyjazd edukacyjny do Krynicy (wieża widokowa)	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

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.