



## 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](mailto: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

### OBOWIĄZUJE OD 1 grudnia 2019 r.

### Harmonogram zajęć stałych – *GRUDZIEŃ 2019*

dzień	Godzina	rodzaj zajęć	uwagi:
poniedziałek	10.30 - 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13
	15.45 - 16.45	Gry logiczne i sprawnościowe	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
wtorek	8.00 - 10.30	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. Rostworowskiego 13
	15.00 - 17.30	Zajęcia chóru	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	10.30 – 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.45 - 14.45	Aqua aerobic (18 grudnia zajęcia odwołane)	ul. Ludwinowska 11
czwartek	9.00 - 11.00	Nordic walking	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.00 - 12.00	Malarstwo (pastele)	ul. Rostworowskiego 13
	12.00 - 13.00	Zajęcia z języka rosyjskiego	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13

	15.00 - 17.00	Zajęcia techniczne	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 (22 i 28 grudnia zajęcia odwołane)	ul. Strąkowa 3A

### Zajęcia dodatkowe grudzień 2019 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
5.12.2019r		W trakcie zajęć odwiedzi nas Św. Mikołaj.	
13.12.2019r	17.00	Koncert "Rendez-Vous z Moniuszką" Bożena Zawiślak-Dolny - mezzosopran Renata Żelobowska-Orzechowska - fortepian	Centrum Sztuki Współczesnej Solvay, ul. Zakopiańska 62. Cena biletów: 20zł normalny, 15zł ulgowy, 10zł dla posiadaczy Karty Podgórze w Kulturze lub Karty Seniora CKP.
14.12.2019r	16.00	Spotkanie Wigilijne.	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
31.12.2019r	14.00	Koncert Sylwestrowy.	Urząd Miasta, Pl. Wszystkich Świętych 3-4
31.12.2019r	20.00 - 2.00	Zabawa Sylwestrowa w Caffè Caroline ul. Bartosza Głowackiego 4/lokal 6.	
	17.00 - 20.00	W każdy czwartek miesiąca wieczorki taneczne w Caffè Caroline ul. Bartosza Głowackiego 4/lokal 6.	

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**