

Centrum Aktywności Seniorów „Złota Jesień Hutnika”

adres - ul. Kaczeńcowa 7; Kraków
kontakt – tel. 509 690 123
e-mail: zlotajesienhutnika@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
wtorek	10 ³⁰ - 14 ³⁰
środa	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
czwartek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
piątek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰

O BOWIĄZUJE OD 06 lutego 2020r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – luty 2020

miesiąc

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	rekrutacja nowych seniorów 3,10,17,24	mała sala CAS
	11 ³⁰ - 12 ³⁰	zajęcia taneczne – grupa 1 10,17,24	duża sala CAS obowiązują buty z jasną podeszwą (nie brudzące parkietu)
	12 ³⁰ - 13 ³⁰	zajęcia taneczne – grupa 2 10,17,24	
wtorek	10 ³⁰ - 14 ³⁰	rekrutacja nowych seniorów, 4,11,18,25	mała sala CAS
	12 ³⁰ - 13 ³⁰	gimnastyka kręgosłupa 11,18,25	duża sala CAS
	13 ³⁰ - 14 ³⁰	gimnastyka dla seniora 11,18,25	duża sala CAS
		rekrutacja nowych seniorów	mała sala CAS

środa	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	5,12,19,26	
	10 ³⁰ - 12 ³⁰	gry planszowe 5,12,26	mała sala CAS (zaj. rozw.- scrabble, rubikon, gry karciane)
	10 ³⁰ - 12 ³⁰	KAWIARENKA 5,12,26	CAS Wolontariat
	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	multimedia w rękach seniora - gr. 2 12,19,26	duża sala CAS
	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	zajęcia aqua aerobic 12,19,26	Park Wodny ul. Dobrego Pasterza (2 godziny lekcyjne)
czwartek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	rekrutacja nowych seniorów, 6,13,20,27	mała sala CAS
	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	KAWIARENKA 6,13,20,27	CAS Wolontariat
	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	spotkania w grupach klubowych - 6,13,20,27	duża sala CAS klub dobrej książki klub turystyczny
	12 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	multimedia w rękach seniora - gr.1 6,13,20,27	duża sala CAS
piątek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	rekrutacja nowych seniorów 7,14,21,28	mała sala CAS
	10 ³⁰ - 12 ³⁰	warsztaty twórcze 7,14,21,28	duża sala CAS (zaj. edukacyjne - wykonywanie ozdób z bibuły, sznurka oraz surowców wtórnych)
	10 ³⁰ - 12 ³⁰	KAWIARENKA 7,14,21,28	CAS Wolontariat

Zajęcia dodatkowe w luty 2020:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
03.02.2020r poniedziałek	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	spotkanie integracyjne członków stowarzyszenia oraz członków CAS	duża sala CAS
19.02.2020 środa	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	„BEZPIECZNY SENIOR” - spotkanie z funkcjonariuszem policji	duża sala CAS (wykład- zaj. edukacyjne)
25.02.2020 wtorek	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Promocja idei i kształtowanie zachowań społecznych oraz wolontariatu –	duża sala CAS prelekcja, spotkanie

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.