

Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów

adres - ul. Witosa 39, 30-612 Kraków

kontakt – tel. 510 789 340

 e-mail – sdn.cas2@gmail.com
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 19 lutego
Harmonogram zajęć stałych – LUTY 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	09:30-10:30	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne gr.I	03.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma 10.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma
	10:45-11:45	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne gr.II	
	12:00-13:00	Zdrowy tryb życia	
wtorek	10:00-11:00	Język angielski gr.I	04.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma 11.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma
	11:00-12:00	Język angielski gr.II	
	12:00-13:00	Język angielski gr.III	
środa	11:00-12:00	Trening umysłu	05.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma 12.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma
	12:00-13:00	Zajęcia plastyczne	
	13:00–14:00	Czas integracji/ kafejka CAS	
czwartek	11:00-12:00	fitness	06.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma 13.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma

	12:00-14:00	Czas integracji/ kafejka CAS	
piątek	11:00-12:00	Wspólna Piosenka	07.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma 14.02.2020 – zapisy na zajęcia/zajęć nie ma
	12:00-14:00	Czas integracji/ kafejka CAS	

Zajęcia dodatkowe – LUTY 2020

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
25.02.2020	17-21	Bal Karnawałowy	Szczegóły dostępne na bieżąco w CASie.

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy