



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

Są to również godziny rekrutacji. Zapraszamy :

poniedziałek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
wtorek	10 ⁴⁵ - 14 ⁴⁵
środa	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
czwartek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
piątek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰

OBOWIĄZUJE OD 01 marzec 2020r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – marzec 2020

miesiąc

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	KAWIARENKA 2,16,23,30	mała sala CAS
	11 ³⁰ - 12 ³⁰	zajęcia taneczne – grupa 1 2,9,16,23,30	duża sala CAS obowiązują buty z jasną podeszwą (nie brudzące parkietu)
wtorek	10 ³⁰ - 12 ³⁰	spotkania w grupach klubowych – 3,10,17,24,31	mała sala CAS wolontariat - klub turystyczny
	12 ⁴⁵ - 13 ⁴⁵	gimnastyka kręgosłupa 3,10,17,24,31	duża sala CAS
	13 ⁴⁵ - 14 ⁴⁵	gimnastyka dla seniora 3,10,17,24,31	duża sala CAS

środa	10 ³⁰ - 12 ³⁰	zajęcia rozwojowe gry planszowe 4,11,18,25	mała sala CAS (- scrabble, rubikon, gry karciane)
	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	multimedia w rękach seniora - gr. 2 4,11,18,25	duża sala CAS
	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	zajęcia aqua aerobic 4,11,18,25	Park Wodny ul. Dobrego Pasterza (2 godziny lekcyjne)
czwartek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	spotkania w grupach klubowych – 5,19,26	mała sala CAS klub dobrej książki i filmu
	12 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	multimedia w rękach seniora - gr.1 5,12,19,26	duża sala CAS
piątek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	warsztaty twórcze 6,13,20,27	duża sala CAS (zaj. edukacyjne – nauka i wykonywanie stroików wielkanocnych, pisanek,)
	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Warsztaty zdrowego gotowania i żywienia 6,13,20,27	CAS mała sala klub zdrowego żywienia

Zajęcia dodatkowe w *marcu* 2020:

miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
03.03.2020r wtorek	14 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰	Prelekcja „ <i>Od Branickich do Wodzickich</i> ” właściciele ziemscy terenów dzisiejszej Nowej Huty	Muzeum Nowej Huty os. Centrum E
9.03.2020 poniedziałek	10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰	Spotkanie integracyjne z okazji Dnia Kobiet	duża sala CAS spotkanie
12.03.2020 czwartek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Promocja i organizacja wolontariatu	duża sala CAS zapraszamy osoby chętne do działania
29.03.2020 Niedziela	11 ¹⁵ - gr 1 12 ⁴⁵ - gr 2	Wyjście do Muzeum Czartoryskich z przewodnikiem	Muzeum Czartoryskich(zbiórka przed Muzeum) Zapisy ilość miejsc ograniczona

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.