



## Centrum Aktywności Seniorów *Radosny Senior*

adres: ul. Rostworowskiego 13; 30-358 Kraków

kontakt: tel. 515 281 211 lub 882 885 767

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

### O BOWIAZUJE OD 05 MARCA 2020 r.

### Harmonogram zajęć stałych – MARZEC 2020r.

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 - 16.00	Zajęcia chóru (Od 10.03.2020 zajęcia 15.00 - 16.30)	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
środa	9.00 - 10.00	Gimnastyka	ul. Rostworowskiego 13
	10.30 – 13.00	Zajęcia brydżowe	ul. Rostworowskiego 13
	13.45 - 14.45	Aqua aerobic	ul. Ludwinowska 11
Czwartek	9.00 - 11.00	Nordic walking	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
	10.00 - 12.00	Malarstwo (pasty)	ul. Rostworowskiego 13
	12.00 - 13.00	Zajęcia z języka rosyjskiego	ul. Rostworowskiego 13

Czwartek	13.00 - 14.00	Zumba	ul. Rostworowskiego 13
	13.00 - 14.30	Tenis stołowy	ul. Rostworowskiego 13
piątek	15.30 - 17.30	Zajęcia techniczne (Od 06.03.2020 zajęcia od 15.00 - 18.00)	ul. Zamiejska 6 (Skośna)
sobota	13.45 - 14.30	Basen	ul. Strąkowa 3A

### Zajęcia dodatkowe marzec 2020 r.

Data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
W każdy czwartek	17.00 - 20.00	Wieczorki taneczne w "Caffe Caroline".	Bartosza Głowackiego 4/lokal 6 <b>Do końca marca wieczorki taneczne odwołane.</b>
07.03.2020r	17.00	Koncert w wykonaniu Pani Bożeny Zawiślak z okazji Dnia Kobiet. Słodka niespodzianka dla Pań.	"Caffe Caroline" Bartosza Głowackiego 4/lokal 6
10.03.2020r	11.00 - 12.00	Rozpoczynamy cykliczne spotkania z konsultantką Avonu. "Wpływ codziennego życia na poprawę kondycji i urody".	ul. Rostworowskiego 13
12.03.2020r	12.20	Spotkanie z dziećmi ze Szkoły Integracyjnej.	Gry stolikowe i tenis stołowy.
15.03.2020r	13.30	Wyjazd do Myślenic na Misterium Pańskie.	Wyjazd z parkingu parafialnego przy ul. Skośnej o godzinie 13.30.

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**