

**Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei**

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – [sdn.cas@gmail.com](mailto:sdn.cas@gmail.com)

**Od dnia 12.03.2020 CAS nieczynne do odwołania.  
Dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku  
w godzinach 10.00-14.00**

**OBOWIAZUJE OD 11 MAJA 2020  
Zajęcia w formie online**

**Harmonogram zajęć stałych – MAJ 2020**

| dzień        | godzina     | rodzaj zajęć                         | uwagi                    |
|--------------|-------------|--------------------------------------|--------------------------|
| poniedziałek | 18:00-19:00 | Kurs tańca                           | Zajęcia w formie online. |
| wtorek       | 12:30-13:30 | Trening umysłu                       | Zajęcia w formie online. |
| środa        | 12:30-13:30 | Zdrowy tryb życia                    | Zajęcia w formie online. |
| czwartek     | 12:30-13:30 | Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne  | Zajęcia w formie online. |
| piątek       | 13:45-14:45 | Warsztaty edukacyjne:<br>Nasz Kraków | Zajęcia w formie online. |

**Aby dołączyć do zajęć należy posłużyć się linkiem:**

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzZlBUBGY4aDVudz09>

**Link jest stały, aktywny tylko w czasie trwania zajęć.**

**W razie wystąpienia problemów proszę kontaktować się z**