

**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 22 CZERWCA 2020  
Zajęcia w formie online**

**Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2020**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11:30-12:30	Warsztaty edukacyjne: Nasz Kraków	Zajęcia w formie online.
	18:00-19:00	Kurs tańca	Zajęcia w formie online.
wtorek	11:00-12:00	Trening umysłu	Zajęcia w formie online.
środa	10:00-11:00	Zdrowy tryb życia	Zajęcia w formie online.
czwartek	10:00-11:00	Ćwiczenia rozciągająco- izometryczne	Zajęcia w formie online.
piątek	10:00-11:00	Nordic walking	Zbiórka przy Muzeum Narodowym al. 3 Maja 1

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

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzZlIBUGY4aDVudz09>

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

**W razie wystąpienia problemów proszę kontaktować się z  
koordynatorem CAS pod numerem: 662 383 382.**