

Centrum Aktywności Seniorów Stowarzyszenia Dobrej Nadziei

adres - ul. Batorego 5, 31-135 Kraków

kontakt - tel. 662 383 382

e-mail – 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 03 LIPCA 2020

Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2020

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11:30-12:30	Warsztaty edukacyjne: Nasz Kraków	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 02.07.2020	10:00-11:00	Ćwiczenia rozciągająco- izometryczne	Zajęcia w formie online.
czwartek od 09.07.2020	10:00-11:00	“Bądź turystą w swoim mieście”- warsztaty plenerowe	Zbiórka przed Muzeum Narodowym Al. 3 Maja 1 Obowiązują zapisy. <i>W razie niepogody zmiana na zajęcia online.</i>
piątek 03.07.2020	10:00-11:00	Ćwiczenia rozciągająco- izometryczne	Zajęcia w formie online.
piątek od 10.07.2020	10:00-11:00	Nordic walking	Zbiórka przed Muzeum Narodowym Al. 3 Maja 1 Obowiązują zapisy. <i>W razie niepogody zmiana na zajęcia online.</i>

Zajęcia dodatkowe – lipiec 2020

Data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
29.07.2020	12:00- 14:00	Wyjście do Ogrodu Doświadczeń im. Stanisława Lema	Obowiązują zapisy u koordynatora CAS. Liczba miejsc ograniczona. Obowiązują maseczki. Zbiórka o godz. 11.45 al. Pokoju 68

Aby dołączyć do zajęć online należy posłużyć się linkiem:

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzIBUGY4aDVudz09>

Link jest stały, aktywny tylko w czasie trwania zajęć.

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

W przypadku zajęć plenerowych miejsce zbiórki może ulec zmianie- zapisane osoby otrzymają informacje od koordynatora CAS.