

Centrum Aktywności Seniorów Mistrzejowice

adres - os. Piastów 41/6A

kontakt – tel. 732 994 087

e-mail: casmistrzejowice@gmail.com

Decyzją Urzędu Miasta Krakowa od dnia 12 marca 2020 r. wszystkie zajęcia stacjonarne zostają zawieszane do odwołania.

**CAS pełni dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach
10:00 - 14:00.**

Służymy w tym czasie radą, pomocą na miarę naszych możliwości, można zgłaszać potrzebę zrobienia zakupów, wyprowadzania psów. Do osób potrzebujących wyślemy wolontariuszy.

Prowadzimy zajęcia gimnastyczne online oraz nordic walking w plenerze.

OBOWIĄZUJE OD 15.06.2020

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2020

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
wtorek	15.00 - 16.00	Gimnastyka online	ZAJĘCIA ON-LINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema i pod linkiem https://www.facebook.com/groups/591293841732982/?ref=share
środa	9.00 - 11.00	Nordic walking	ZAJĘCIA PLENEROWE dla uczestników CAS, zbiórka przed CAS, os. Piastów 41/6A
czwartek	15.00 - 16.00	Gimnastyka online	ZAJĘCIA ON-LINE dla uczestników CAS, obowiązują zapisy do grupy przez profil Facebook trenera - Jakuba Bema i pod linkiem https://www.facebook.com/groups/591293841732982/?ref=share