

Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów

adres - ul. Witosa 39, 30-612 Kraków

kontakt – tel. 510 789 340

e-mail – sdn.cas2@gmail.com

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

Harmonogram zajęć online - SIERPIEŃ 2020**OBOWIĄZUJE OD 01 sierpnia**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne	Zajęcia odbywają się online
wtorek	10:15-12:15	Nordic walking	Zajęcia w plenerze w dniu 11.08.2020 nie ma zajęć z uwagi na całodniową wycieczkę do Interaktywnego Centrum Pszczelarstwa APILANDIA
środa	11:15–12:15	Zdrowy tryb życia	Zajęcia odbywają się online
czwartek	10:00-11:00	Zajęcia taneczne na świeżym powietrzu gr I	Zajęcia w plenerze Orlik przy SP 149, ul. Bujaka 15
	11:00-12:00	Zajęcia taneczne na świeżym powietrzu gr II	
piątek	10:00-11:00	Fitness na świeżym powietrzu	Zajęcia w plenerze Orlik przy SP 149, ul. Bujaka 15

Zajęcia online odbywają się w programie ZOOM pod linkiem:

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzlbUGY4aDVudz09>