



Centrum Aktywności Seniorów „Złota Jesień Hutnika”

adres - ul. Kaczeńcowa 7; Kraków

CAS pełni dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach 10⁰⁰-14⁰⁰ jesteśmy do Państwa dyspozycji - telefony do koordynatorów CAS :

661 526 356

509 690 123 Iwona

691 607 399 Basia

e-mail: zlotajesienhutnika@gmail.com

zgodnie z rekomendacjami Ministerstwa Zdrowia od 18 czerwca wznawiano zajęcia CAS. Ponieważ jednak zagrożenie zakażeniem nie maleje mogą Państwo uczestniczyć w zajęciach tylko na zewnątrz, na świeżym powietrzu z zachowaniem wszelkich środków ostrożności.

Harmonogram zajęć stałych – sierpień 2020

OBOWIĄZUJE OD 1 sierpnia 2020r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Nordic Walking 3,10,17,24,31	Zajęcia w plenerze - zbiórka siedziba CAS
wtorek	9 ³⁰ - 11 ³⁰	Internet od podstaw 4,11,18,25	Zajęcia sala CAS (Obowiązują zapisy)
	11 ⁴⁵ - 13 ⁴⁵	Zajęcia w różnych technikach plastycznych 4,11,18,25	ogródek na terenie CAS
środa	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Gimnastyka dla seniora 5,12,19,26	Zajęcia w plenerze - zbiórka siedziba CAS
czwartek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Aplikacje użytkowe na smartfonie 6,13,20,27	zbiórka siedziba CAS
piątek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Nordic Walking 7,14,21	Zajęcia w plenerze - zbiórka siedziba CAS

Zajęcia dodatkowe w sierpniu 2020:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
28.08.2020 Piątek Zmiana terminu	14³⁰ zbiórka przed Muzeum Nowej Huty os. Centrum E 1 o godz. 14.15	"Zanim powstała Nowa Huta - Bieńczyce"- prelekcja połączona z warsztatami	udział bezpłatny, ilość miejsc ograniczona obowiązują zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.

Przychodzimy wyposażeni w maseczki!!

Osoby, które nie posiadają własnych kijków mogą je wypożyczyć z naszego

CAS - wówczas prosimy o kontakt telefoniczny.