



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 wznowiono zajęcia CAS. Ponieważ jednak zagrożenie zakażeniem nie maleje mogą Państwo uczestniczyć w zajęciach na zewnątrz, na świeżym powietrzu, w razie złych warunków atmosferycznych zajęcia odbywają się w dużej sali CAS z zachowaniem wszelkich środków ostrożności.

Harmonogram zajęć stałych – wrzesień 2020

OBOWIAZUJE OD 1 września 2020r.

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	Gimnastyka dla seniora 7,14,21,28	Zajęcia w plenerze - zbiórka siedziba CAS
wtorek	9 ³⁰ - 11 ³⁰	Internet od podstaw 1,8,15,22,29	Zajęcia sala CAS (Obowiązują zapisy)
	11 ⁴⁵ - 13 ⁴⁵	Zajęcia w różnych technikach plastycznych 1,8,15,22,29	ogródek na terenie CAS
środa	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Gimnastyka dla seniora 2,9,16,23,30	Zajęcia w plenerze - zbiórka siedziba CAS
czwartek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Aplikacje użytkowe na smartfonie 3,10,17,24	Zajęcia sala CAS

piątek	10 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Nordic Walking 11,18,25	Zajęcia w plenerze - zbiórka siedziba CAS
---------------	-------------------------------------	-----------------------------------	---

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.