

## Centrum Aktywności Seniorów KS Wróblowianka

adres - Kraków ul. Wróblowicka 58

kontakt – tel. 506-851-869

e-mail [halinaolech@wp.pl](mailto:halinaolech@wp.pl)

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-14:00
wtorek	16:00-20:00
środa	10:00-14:00
czwartek	10:00-14:00
piątek	10:00-14:00

### OBOWIĄZUJE OD 1 października 2020r

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych –październik 2020

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Kawiarenka	Budynek Ks Wróblowianka
	11:00-12:00	Zajęcia manualne	
	12:00-13:00	Szycie haftowanie	
wtorek	16:00-17:00	Fitness zdrowy kręgosłup	Budynek KS Wróblowianka
	17:00-18:00	Zajęcia kulinarne	
	18:00-19:00	Kawiarenka gry planszowe	
	19:00-20:00	Dyżur wolontariusza informację	
środa	10:00-11:00	Kawiarenka przyjmowanie deklr	KS Wróblowianka
	11:00-12:00	Fitness –zajęcia sportowe	
	12:00-13:00	Zajęcia komputerowe	
	13:00-14:00	Nordic-Walking	

czwartek	10:00-11:00	Ćwiczenia umysłu	Dom Kultury KS Wróblowianka
	11:00-12:00	kawiarenka	
	12:00-13:00	Zajęcia komputerowe	
	13:00-14:00	Nordic-Walking	
piątek	10:00-11:00	Kawiarenka gra w szachy, przyjmowanie deklaracji	KS Wróblowianka
	11:00-12:00	Fitness zdrowy kręgosłup	
	12:00-13:00	Zajęcia manualne	
	13:00-14:00	Dyżur wolontariusza	

### Zajęcia dodatkowe w październiku 2020:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
14, 21 /środa/	14.00- 15:00	Zdrowe Żywnienie	Informacja i zapisy 506 851 869

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*