

Centrum Aktywności Seniorów Kurdwanów

adres - ul. Witosa 39, 30-612 Kraków

kontakt – tel. 510 789 340

e-mail – sdn.cas2@gmail.com**Od dnia 16.10.2020 CAS nieczynne do odwołania.****CAS prowadzi dyżur telefoniczny****od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-14.00****Harmonogram zajęć - STYCZEŃ 2021****OBOWIĄZUJE OD 4 stycznia**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:15 – 11:15	Ćwiczenia rozciągająco-izometryczne	Zajęcia odbywają się online
	11:45 – 12:45	Kurs wiedzy o Krakowie	Zajęcia odbywają się online
wtorek	9:00 – 10:00	Język angielski gr. I	Zajęcia odbywają się online
	10:30 – 11:30	Prawo na co dzień	Zajęcia odbywają się online
	11:45 – 12:45	Fitness	Zajęcia odbywają się online
środa	10:00–11:00	Zdrowy tryb życia	Zajęcia odbywają się online
czwartek	10:00–11:00	Zajęcia krajoznawcze czyli <i>"Ciekawe kraje, ciekawe obyczaje"</i>	Zajęcia odbywają się online
	11:15-12:15	Taniec w kręgu	Zajęcia odbywają się online
	12:30 -13:30	Trening umysłu	Zajęcia odbywają się online Zajęcia odbędą się w dniu 14.01.2021 jako zajęcia promujące

piątek	10:00–11:00	Wirtualne spacery po Krakowie	Zajęcia odbywają się online
	11:15 – 12:15	„Senior radzi czyli wirtualne rozmowy na każdy temat”	Zajęcia odbywają się online

Wszystkie zajęcia online odbywają się w programie ZOOM pod linkiem:

<https://us04web.zoom.us/j/3401719216?pwd=UVZsQ1UzbEU0MkFFano2VWdFWmR0QT09>

W dniu 4.01.2021 (poniedziałek) zajęcia odbywają się w programie ZOOM pod linkiem:

<https://us04web.zoom.us/j/3356260784?pwd=eWhqTk5abjRwZmh4RzIBUGY4aDVudz09>

ID : 335 626 0784

password (hasło) : 263620