

## 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 Września 2021

*data dzienna*

### Harmonogram zajęć stałych – Wrzesień 2021

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10:00-11:00	Nordin-Wolking	Teren boiska sportowego <b>Budynek KS Wróblowianka</b>
	11:00-12:00	Zajęcia plastyczne	
	12:00-13:00	kawiarenka	
	13:00-14:00	Zajęcia wg potrzeb-kawiarenka	
wtorek	16:00-17:00	Wykłady na temat utrzymania Kondycji fizycznej Seniorów	Budynek KS Wróblowianka
	17:00-18:00	Kawiarenka-gry logiczne	
	18:00-20:00	Zajęcia teatralne	Budynek KS Wróblowianka

środa	10:00-11:00	Fitnes- zajęcia sportowe	KS Wróblowianka
	11:00-12:00	Czas Seniora –spotkanie integracyjne	
	12:00-13:00	Zajęcia komputerowe	
	13:00-14:00	Kawiarenka –gry planszowe	
Czwartek	10:00-11:00	Wykłady z fizykoterapii dla seniorów	KS Wróblowianka
	11:00-12:00	zajęcia muzyczne	
	12:00-14:00	Zdrowy tryb żywienia - kawiarenka	
Piątek	10:00-11:00	Zajęcia komputerowe	KS Wróblowianka
	11:00-12:00	Zajęcia komputerowe Dla początkujących	
	12:00-14:00	Kawiarenka-dyskusja tematyczna	
	12:00-14:00	Spotkanie z kosmetyczką	

## Zajęcia dodatkowe Wrzesień 2021

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
.19.09.2021	14:00-16:00	Spotkanie z Dzielnicowym naszego Osiedla Wróblowice	

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***