

## 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 2 Listopada 2021

*data dzienna*

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

## Zajęcia dodatkowe Listopad 2021

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
.08.11.2021	12:00-14:00	Sprzątanie grobów opuszczonych	

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