

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon: 885 538 450

e-mail: suzana@onet.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	13.30 – 17.30
Wtorek	12.30 – 17.30
Środa	12.30 – 16.30
Czwartek	13.30 – 19.00
Piątek	10.00 – 14.00

OBOWIĄZUJE OD 19 listopada 2021

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – listopad 2021

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	13.30 - 15.30	Zajęcia szycia, haftowania	
	15.30 - 17.30	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami	Oprócz 8.11 i 22.11
	16.00 - 17.00	Fitness	
wtorek	12.30 - 14.30	Historia sztuki	
	14.30 – 15.30	Spotkanie z koordynatorem	
	15.30 - 17.30	Przygotowanie do turystyki	
Środa	12.30 - 14.30	Kawiarenka obywatelska	
	14.30 - 16.30	Zajęcia sportowe	
czwartek	13.30 - 15.30	Gry logiczne i karciane	22.11. Rozgrywki szachowe 10.00-13.00

	15.30 - 17.30	Działania proekologiczne	24.11 Zdrowy tryb życia „Serce w centrum” 11.30-13.30
	18.00 - 19.00	Fitness	
Piątek	10.00 - 12.00	Gimnastyka w wodzie	Basen w Skawinie
	12.00 - 14.00	Nordic walking	

ZAJĘCIA DODATKOWE – listopad 2021

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
10.11.2021	12:30	Wspólne śpiewanie pieśni patriotycznych z okazji Dnia Niepodległości	
16.11.2021	10:30 – 12:00	Zwiedzanie Galerii Sztuki Polskiej w Sukiennicach	Obowiązują wcześniejsze zapisy
26.11.2021	12:00	Wyjazd edukacyjno – rekreacyjny-andrzejkowy do Zbydniowa	Obowiązują wcześniejsze zapisy