



Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi Starszym - Trefle i Piki”

adres - Stadion Miejski w Krakowie ul. Reymonta 20

kontakt – tel.512 419 037, 694-414-402

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

| | |
|--------------|-------------|
| poniedziałek | 13:00-17:00 |
| wtorek | 10:00-14:00 |
| środa | 10:00-14:00 |
| czwartek | 10:00-14:00 |
| piątek | 10:00-14:00 |
| sobota | 10:30-14:30 |

O BOWIAZUJE OD 4 kwietnia 2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – KWIECIEŃ 2022

miesiąc

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|----------------------------|-------------|--|-------|
| poniedziałek 11.04 | 13:00-14:00 | Język hiszpański zajęcia edukacyjne | |
| poniedziałek 4,11,18,25 | 14:00-15:00 | Zajęcia wokalne zajęcia ruchowe/integracyjne | |
| | 16:30-17:30 | Nauka gry w bilard snooker zajęcia ruchowe/integracyjne | |
| wtorek 5,12,19,26 | 11:00-12:00 | Zdrowe żywienie | |
| | 12:00-14:00 | Kawiarenka obywatelska | |

| | | | |
|------------------------|-------------|--|--|
| środa 6,13,20,27 | 12:00-13:00 | język hiszpański zajęcia edukacyjne | |
| | 13:00-14:00 | język angielski zajęcia edukacyjne | |
| czwartek 7,14,21,28 | 11:00-13:00 | Nordic Walking zajęcia ruchowe/integrujące | |
| | 13:00-14:00 | Kawiarenka obywatelska | |
| piątek 8,15,22,29 | 10:00-11:00 | Nauka obsługi komputera zajęcia edukacyjne | |
| | 11:00-12:00 | Nauka brydża zajęcia edukacyjne | |
| | 12:00-13:00 | Tenis Stołowy zajęcia ruchowe/integrujące | |
| sobota 9,16,23,30 | 10:30-14:30 | Gra w brydża, szachy i gry planszowe zajęcia ruchowe/integrujące | |

Zajęcia dodatkowe w kwiecień 2022:
miesiąc

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|----------------|---------|---------------------------|-------|
| środa 20.04 | 15:00 | Międzypokoleniowe Kino | |
| | | | |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.