

Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi Starszym - Trefle i Piki”

adres - Stadion Wisły ul. Reymonta 20 – wejście na teren stadionu od al. 3maja
(parking-Trybuna Zachodnia II piętro windą lokal po lewej stronie na końcu korytarza)

kontakt – Tel. 694-414-402

e-mail treflepiki@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do soboty w godzinach:

poniedziałek	11:00-15:00
wtorek	10:00-14:00
środa	12:00-17:00
czwartek	10:00-14:00
piątek	10:00-14:00
sobota	10:30-14:30

OBOWIĄZUJE OD 10.06.2022

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2022

Miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 6,13,20,27	14:00-15:00	Zajęcia wokalne Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	12:00-13:00	Gry planszowe, szachy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
wtorek 7,14,21,28	11:00-12:00	Zdrowe żywienie zajęcia edukacyjne	
	12:00-14:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	

środa 1,8,15,22,29	12:00-13:00	Język hiszpański zajęcia edukacyjne	
	13:30-14:30	Język angielski zajęcia edukacyjne	Język angielski z 15.06 odrabiamy 22.06. 13:30-15:30
	16:00-17:00	Tenis Stołowy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
czwartek 2,9,16,23,30	11:00-13:00	Nordic Walking Zajęcia ruchowe/integrujące	16 CZERWIEC NIECZYNNE BOŻE CIAŁO
	13:00-14:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	
piątek 3,10,17,24	10:00-11:00	Nauka obsługi komputera zajęcia edukacyjne	Zajęcia z brydża z 17.06 odrabiamy 24.06 11:00- 13:00
	11:00-12:00	Nauka brydża zajęcia edukacyjne	
sobota 4,11,18,25	10:30-14:30	Gra w brydża, szachy i gry planszowe Zajęcia ruchowe/integracyjne	

Zajęcia dodatkowe w CZERWIEC 2022:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
29.05.2022	14:00-19:00	Święto Rodziny Krakowskiej	Gry planszowe
07.06.2022	10:00-14:00	Plenerowe spotkanie seniorów Zalew Wiślany	Występ muzyczny
09.06.2022	18:00	Spotkanie z Kapitanem Żeglugi Andrzejem Soysal	Stadion Wisły
10.06.2022	17:00	Mistrzostwa Krakowa Seniorów -brydż	Stadion Wisły

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne 694-414-402 lub

za pomocą poczty elektronicznej treflepiki@gmail.com