

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon: 535 538 450

e-mail: ester@strusiowo.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	12.30 – 18.30
wtorek	13.30 – 18.30
środa	12.30 – 18.30
czwartek	14.00 – 18.00
piątek	09.00 – 15.00

OBOWIAZUJE OD 1 sierpnia 2022

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – sierpień 2022

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	12.30 - 14.30	Zajęcia szycia, haftowania	
	14.30 - 15.30	Spotkanie z koordynatorem	
	16.00 - 17.00	Tańce	
	17.00 - 18.30	Wiedza obywatelska	
wtorek	13.30 - 15.30	Bule	
	15.30 - 17.30	Proekologia	
	17.30 - 18.30	Integracja – muzykowanie	
środa	12.30 - 14.30	Kawiarenka obywatelska	
czwartek	14.30 - 15.30	Prasa lokalna	
	14.00 - 16.00	Gry karciane i stolikowe	
	16.00 - 17.00	Fitness	

piątek	09.00 - 11.00	Nordic walking	
	11.00 - 13.00	Trening pamięci	
	13.00 - 15.00	Korzystanie z siłowni	

ZAJĘCIA DODATKOWE – sierpień 2022

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	
11.08.2022	10.00 -14.00	Turniej remika w CAS Tekla ul. Działowskiego 1	Obowiązują wcześniejsze zapisy