



## Centrum Aktywności Seniorów – CAS SALWATOR

ul. Morawskiego 5/416 Budynek BIPROCEMWAP

Kontakt: tel. 797 377 808

e-mail: [biuro@faes.org.pl](mailto:biuro@faes.org.pl)

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

<b>poniedziałek</b>	<b>09:00 do 13:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>09:00 do 13:00</b>
<b>środa</b>	<b>09:00 do 13:00</b>
<b>czwartek</b>	<b>09:00 do 13:00</b>
<b>piątek</b>	<b>09:00 do 13:00</b>

OBOWIĄZUJE OD 01.09.2022 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ – WRZESIEŃ 2022 r.

<b>DZIEŃ</b>	<b>GODZINA</b>	<b>RODZAJ ZAJĘĆ</b>	<b>UWAGI</b>
Poniedziałek	14:00- 15:30	<b>Rozwiń z Nami swój język!</b> - Zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808



	18:00-19:30	<b>Smartfon bez tajemnic</b> - warsztaty z obsługi smartfona	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Wtorek	12:30-13:30	<b>Gimnastyka w wodzie</b>	Obowiązkowe zapisy: <b>Miejsce:</b> <b>Ul. Ludwinowska 11, poziom -1</b> <b>Zajęcia w dniu 13.09, 27.09</b>
	16:15 - 18:00	<b>Trening Umysłu</b> - umysł w dobrej formie	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	11:00-13:00	<b>Spotkania rekrutacyjne</b>	lokal CAS SALWATOR
Środa	13:00-14:30	<b>Chodźże potańczyć!</b> Taniec towarzyski dla seniorów	Kraśińskiego/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30-16:00	<b>Kawiarenka</b>	lokal CAS SALWATOR
	16:00 - 18:00	<b>Scrabblemania</b> - myśl, licz, rozwiążuj!	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808

Czwartek	16:00 - 17:00	<b>Akademia Nordic Walking</b> Chodź z Nami!	spotkanie o godz. 15:50 w CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	11:00-13:00	<b>Kawiarenka</b>	lokal CAS SALWATOR
Piątek	12:00-13:00	<b>Pilates dla początkujących</b> Świadoma praca z ciałem	Krasińskiego/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	11:00 -13:00	<b>Spotkania rekrutacyjne</b>	lokal CAS SALWATOR

### Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2022 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
<b>3.09.2022</b>	12:00-16:00	RODZINNY PIKNIK EKOLOGICZNY - EKO VISTULA	Informacja i zapisy tel. 797 377 808
<b>3.09.2022</b>	09:00-15:00	Wyprawa kajakowa rzeką Wisłą	zapisy: 797 377 808
<b>17 i 24.09.2022</b>	18:00-20:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja tel. 797 377 808

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*