



adres - **31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21**

kontakt – tel. 727 430 999

e-mail [fundacjanie.dzieli.nas@op.pl](mailto:fundacjanie.dzieli.nas@op.pl)

**CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:**

poniedziałek	12.00 – 14.00
wtorek	10.00 - 12.00
środa	15.00 – 17.00
czwartek	16.00 – 18.00
piątek	10.00 – 12.00

**O B O W I A Ż U J E od 1.02.2023**

**Harmonogram zajęć stałych**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	12.00 – 14.00	Język angielski	ul. Weissa 8/21
	15.00 – 17.00	Kawiarenka senioralna	ul. Weissa 8/21
wtorek	10.00 – 11.00	Język włoski – dla początkujących	Weissa 8/21
	11.00 – 12.00	Język włoski – grupa średniozaawansowana.	Weissa 8/21
	16.00 - 18.00	Gimnastyka ogólnorozwojowa. W czasie ferii zajęcia od 10.00 - 12.00 na sali w IV LO	XIV LO ul. Chełmońskiego 24
środa	10.15 - 11.00	Basen – aqua aerobic.	Basen „Fitnes Lemon” ul. Ludwinowska 11
	15.00 - 17.00	Zdrowy i aktywny senior. Automasaż	ul. Weissa 8/21
	16.00 - 18.00	E-senior – zajęcia indywidualne	ul. Weiss 8/21
czwartek	10.00 – 11.30	Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń: joga, pilates, stretching. W czasie ferii zajęcia na sali gimnastycznej IV LO	ul. Weissa 8/21. W czasie ferii zajęcia na sali gimnastycznej IV LO
	16.00 – 18.00	Zdrowe gotowanie.	ul. Weissa 8/21
piątek	9.30 - 11.30	Zajęcia plastyczno - techniczne	ul. Weissa 8/21
	11.30 - 13.30	Taniec w kręgu.	Weissa 8/21

## Zajęcia dodatkowe luty 2023

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
14.02.2023 wtorek	16.00	Wieczór Walentynkowy	SP 119 ul. Czerwieńskiego 1
21.02 wtorek	13.00	Wystawa „KIMONO” Nieprzebrane inspiracje	Muzeum Manggha K-ów, ul. Konopnickiej 26
Poniedziałki	16.00	Poniedziałki 60+ dancing	Kraków ul. Bracka 4 lokal N·JOY/partier

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.