

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	10.00 -14.00
wtorek	10.00 -14.00
środa	10.00 -14.00
czwartek	10.00 -14.00
piątek	10.00 -14.00

OBOWIĄZUJE OD 1 września 2023

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – wrzesień 2023

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	18.09
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	4,18,25.09
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	
wtorek	9.00 -11.00	Nordic walking	
środa	10.30 -12.30	Proekologia	6,20,27.09
środa	10.45 -11.45	Fitness	
środa	10.00 -14.00	Zajęcia plastyczne	13.09
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	6,20,27.09
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	15.30 -17.30	Obsługa urzędzeń	7.09
czwartek	18.00 -19.00	Taniec	
piątek	10.00-12.00	Trening pamięci	22,29.09
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

ZAJĘCIA DODATKOWE – wrzesień 2023

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
1.09.2023	9.00-21.00	X Międzynarodowe Senioralia w Krakowie	Miejsce – park miejski im. H.Jordana
21.09.2023	Godz. 7.30	Wyjazd edukacyjny do Łącuta	Miejsce zbiórki ul. Lipińskiego
27-28.09.2023	Godz. 10.00 - 14.00	VIII Mistrzostwa Krakowa Seniorów	Miejsce KS Bronowianka
wrzesień	Godz.6.30	Wyjazd na grzybobranie	Miejsce zbiórki ul. Lipińskiego