



## 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>16:00 do 20:00</b>
<b>wtorek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>środa</b>	<b>14:30 do 18:30</b>
<b>czwartek</b>	<b>16:00 do 20:00</b>
<b>piątek</b>	<b>14:00 do 18:00</b>

OBOWIĄZUJE OD 01.04.2024 r.

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ – KWIECIEŃ 2024 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	UWAGI
Poniedziałek	16:30-17:30	<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 9.04.2024,</b> <b>23.04.2024</b>
	16:15-18:00	<b>Trening Umysłu</b> - umysł w dobrej formie	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808

Środa	13:00-14:30	<b>Chodźże potańczyć!</b> Taniec towarzyski dla seniorów grupa początkująca +	Krasińskiego 10 /Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:30-15:30	<b>Kawiarenka</b>	lokal CAS SALWATOR
	15:30 - 17:00	<b>Tańcz w dobrym stylu</b> Taniec solo i w parach - grupa początkująca	Krasińskiego 10 /Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	17:00 – 18:30	<b>Kawiarenka</b>	lokal CAS SALWATOR
Czwartek	12:00 - 13:00	<b>Akademia Nordic Walking</b> Chodź z Nami!	spotkanie o godz. 11:50 w CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	16:00 - 18:00	<b>Kinowe popołudnie -</b> zajęcia dla kinomanów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
Piątek	11:30-12:30	<b>Pilates dla początkujących</b> Świadoma praca z ciałem	Krasińskiego 10/Sala taneczna zapisy: 797 377 808
	14:15 - 15:15	<b>Rozwiń z Nami swój język!</b> - zajęcia z j. angielskiego dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808
	15:45 – 17:15	<b>Sekrety fotografii cyfrowej</b> – kompleksowe warsztaty dla seniorów	lokal CAS SALWATOR zapisy: 797 377 808 <b>05.04.2024 – zajęcia odwołane</b>

## Zajęcia dodatkowe w kwiecień 2024 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
05.04.2024	11:30 – 20:00	KobiocyTON	Nowohuckie Centrum Kultury Zapisy: <a href="http://app.evenea.pl/event/kobiocyton">app.evenea.pl/event/kobiocyton</a>
13.04.2024	16:30-19:30	Potańcówka Piracko – Hawajska	Hala Sportowa SP 89 Os. Piastów 34 A, Kraków  Zapisy CAS Salwator
26.04.2024	11:00-12:30	Złote Runo-Sztuka Gruzji – zwiedzanie wystawy w MNK	Zapisy CAS Salwator
04.04.2024 11.04.2024 18.04.2024 25.04.2024	18:00 – 20:00	Spotkanie wolontariuszy	Lokal CAS SALWATOR

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*