

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 3 CZERWCA 2024

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – czerwiec 2024

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	10, 24.06
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	
poniedziałek	16.00 -17.00	Fitness	
wtorek	9.00 -11.00	Nordic walking	
wtorek	12.00 -14.00	Bule, molki	
środa	9.00 – 10.30	Taniec w kręgu	
środa	10.30 -12.30	Proekologia	12.06
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
środa	14.30 -16.30	Nauka gry w szachy/brydża	
czwartek	9.30 – 11.00	Zajęcia gimnastyka w wodzie	Basen Camena w Skawinie 6,13,20.06
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	15.30 -17.30	Obsługa urządzeń	20.06
czwartek	17.30 -18.30	Taniec	

piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	14,21,28.06
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

ZAJĘCIA DODATKOWE – maj 2024

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
13.06	8.00	Wyjazd edukacyjno – rekreacyjny Regulice, Rudno	Obowiązują wcześniejsze zapisy, miejsce spotkania ul. Lipińskiego
20.06	17.00	Projekcja filmu 20 000 gatunków pszczół / 20.000 especies de abejas, reż. Estibaliz Urresola Solaguren, Hiszpania 2023, 125' poprzedzona prelekcją i dyskusją po projekcji filmu	Miejsce - CSW Solvay ul. Zakopiańska 62
21.06	10.00	Turniej dla aktywnych (bule, karty, molki, szachy)	Miejsce ul. Działowskiego 1