



Centrum Aktywności Seniorów Nie Dzieli Nas Wiek

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

kontakt – tel. 727 430 999

e-mail fundacjanie.dzieli.nas@op.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

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

OBOWIĄZUJE od 01.07.2024

Harmonogram zajęć stałych lipiec 2024

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00 - 11.00	Basen – aqua aerobic.	Basen „Fitness Lemon” ul. Ludwinowska 11
	12.00 – 14.00	Język angielski	ul. Weissa 8/21
wtorek	10.00 – 11.00	Język włoski – dla początkujących	ul. Weissa 8/21
	11.00 – 12.00	Język włoski – grupa średniozaawansowana.	ul. Weissa 8/21
	16.00 - 17.30	Trening umysłu.	ul. Weissa 8 /23
środa	09.30 – 10.30	Smovey - radość z ruchu	ul. Weissa 8/21
	10.30 – 12.30	Zdrowy i aktywny senior. Automasaż	ul. Weissa 8/21
	16.00 - 18.00	Kawiarenka senioralna	ul. Weissa 8/21
	16.00 - 18.00	E-senior – zajęcia indywidualne	ul. Weissa 8/21
czwartek	10.00 – 11.30	Gimnastyka ogólnorozwojowa	ul. Weissa 8/23
	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.	ul. Weissa 8/23

Zajęcia dodatkowe lipiec 2024

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
05.07.2024 (piątek)	18.30	Tre Voci -Tenorzy nowej generacji na zakończenie letniego Festiwalu operetkowego na Wiśle im. Iwony Borowickiej	Kino Kijów , Al. Krasieńskiego 34
06.07.2024 (sobota)	16.00-18.00	37 edycja międzynarodowego festiwalu teatrów ulicznych ULICA Festival	Centrum Kultury Dworek Biaoprądnicki
07.07.2024 (niedziela)	18.00	IX Światowy Dzień Tańca w Kręgu – tańczymy w Parku Bronowickim przy forcie Rydla	Zbiórka na pętli g.17.00
17.07.2024 (środa)	10.00-15.00	Przeгляд Grup Tanecznych osób w wieku emerytalnym „Roztańczony Kraków”	Hala 100-lecia KS Cracovia, ul. Focha 40
25.07.2024	9.00	Wyjazd integracyjny całodniowy do ośrodka Dolina Raby.	Zbiórka na pętli g.9.00
31.07.2024	10.00	Turniej Gry Mólkky	DPS Kluzeka 6

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.