



**TREFLE  
I PIKI**

**Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi Starszym - Trefle i Piki”**

adres - Klub Studencki Żaczek al. 3 Maja 5

kontakt – Tel. 512419037

e-mail paula.ka@interia.pl

**CAS czynne od poniedziałku do soboty w godzinach:**

poniedziałek	14:00-20:00
wtorek	14:00-19:00
środa	14:00-20:00
czwartek	14:00-19:00
piątek	14:00-19:00

**OBOWIĄZUJE OD 01.07.2024**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2024**

*Miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 1,8,15,22,29	15:30-17:00	Tenis Stołowy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:00-17:45	Bilard Snooker Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:45-20:00	Gra w Brydża-ćwiczenia	
Wtorek 02,09,16,23, 30	14:00-15:30	Zajęcia taneczno/wokalne zajęcia ruchowe/integracyjne	
	15:30-16:30	Język angielski zajęcia edukacyjne	
	16:30 -19:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	
Środa 03,10,17,24,31	15:30-17:30	Nauka gry w Brydża zajęcia edukacyjne	

	17:30-20:00	Gra w Brydża- ćwiczenia	
czwartek 04,11,18,25	14:00-15:30	Język hiszpański zajęcia edukacyjne	
	15:30-17:00 17:00-19:00	Nordic Walking Zajęcia ruchowe/integracyjne Kawiarenka obywatelska Wolontariat	
piątek 05,12,19,26	15:30-17:00	Nauka obsługi komputera, tableta i smartfona zajęcia edukacyjne	
	17:00- 19:00	Kawiarenka obywatelska	

### Zajęcia dodatkowe w lipcu 2024:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne 693 105 315 lub  
za pomocą poczty elektronicznej paula.ka@interia.pl**