

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 LIPCA 2024

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – lipiec 2024

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	15.07
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	
wtorek	9.00 -11.00	Nordic walking	
wtorek	11.00 -13.00	Bule, molki	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	10,17,24,31.07
środa	10.30 -12.30	Proekologia	3,17,24,31.07
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
środa	14.30 -16.30	Nauka gry w szachy/brydża	
czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	17.00 -18.00	Fitness	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	12,19,26.07
	12.00 -14.00	Muzykowanie	

ZAJĘCIA DODATKOWE – lipiec 2024

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
lipiec	9.00 – 16.00	Wyjazd na górę Kocierz	Obowiązują wcześniejsze zapisy, termin uzależniony od warunków pogodowych (upały
18.07.2024	8.00	Wyjazd edukacyjny do Bochni i Brzeska	Obowiązują wcześniejsze zapisy
29.07.2024	10.00 -14.00	Turniej szachowy	Obowiązują wcześniejsze zapisy miejsce CAS Źródło ul. Zapolskiej 42