



Centrum Aktywności Seniorów UKS OLIMP

adres: UKS Olimp, Kraków 30-206, ul. Księcia Józefa 24a.

Telefon: 500 215 500, 12 427 05 00 e-mail: casolimp@o2.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

OBOWIAZUJE OD 04 lipca 2024 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – LIPIEC 2024

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.30 - 11.30	Zajęcia ruchowe	„Pozytywne wibracje z obręczami – SMOVEY”.
poniedziałek	11.30-14.30	Kawiarenka	
poniedziałek	14.30-16.30	Zajęcia ruchowe	Turystyka kajakowa
wtorek	15.00-17.00	Klub miłośników kultury - warsztaty edukacyjne	<p>2.07 , godz. 15.00 - „Kraków w anegdocie”. Miejsce spotkania: Barbakan.</p> <p>9.07, godz. 15.00 - „Kobiety i ich uroda w dwudziestoleciu międzywojennym”. Miejsce spotkania: ul. Szewska koło Zalipianek.</p> <p>16.07, godz.15.00 - „Jak zmieniła się rola kobiet na przełomie XIX/XX”. Miejsce spotkania: ul. Szewska koło Zalipianek.</p> <p>23.07, godz.15.00 - Spacer po najdłuższym parku (część druga) Miejsce spotkania: budynek Polskiego Radia, Al. Słowackiego.</p> <p>30.07, godz 15.00 - „Nieistniejące kościoły rzymskokatolickie”. Miejsce spotkania: Plac Św. Ducha.</p>
wtorek	17.00-18.00	Kawiarenka	
środa	14.00-16.00	Zajęcia ruchowe	Turystyka kajakowa i motorowodniactwo.
środa	16.00-18.00	Kawiarenka	
czwartek	11.00 - 12.00	Zajęcia ruchowe	„Pozytywne wibracje z obręczami – SMOVEY”.
czwartek	12.45-14.15	Basen	4 i 11 lipca Basen Bronowianka ul. Zarzecze 124. Gimnastyka w wodzie.

czwartek	17.00-19.00	Warsztaty edukacyjne	„Owocowe lato” warsztaty kulinarne.
piątek	14.00-15.00	Zajęcia ruchowe	Nordic walking.
piątek	15.00-17.00	Kawiarenka	

ZAJĘCIA DODATKOWE – LIPIEC 2024

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Wtorek 9.07.2024	Godz. 12.50	Kino pod Baranami	Film pt. Horyzont. Rozdział 1.
Środa 24.07.2024	Godz. 14.00-17.00	Piknik integracyjny nad Wisłą.	Rejs po Wiśle.

**Zajęcia stacjonarne odbywają się w klubie pod adresem:
Kraków, ul. Księcia Józefa 24a (dojazd ulicą Wioślarską)
Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy tel. 500 215 500.**