



## 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](mailto: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 23.07.2024**

### 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. Zajęcia odwołane od 23.07 do 6.08.2024r.	ul. Weissa 8 /23
środa	8.30 – 9.30	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. Weiss 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. 23.07 -zajęcia w Parku Zalew Nowohucki	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. Krasińskiego 34
06.07.2024 (sobota)	16.00-18.00	37 edycja międzynarodowego festiwalu teatrów ulicznych ULICA Festival	Centrum Kultury Dworek Białooprądnicki
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	10.00	Wyjazd integracyjny całodniowy do ośrodka Dolina Raby.	Zbiórka na pętli g.10.00
26.07.2024	10.00	Spotkanie plenerowe nad zalewem Nowohuckim	Park zalew Nowohucki
31.07.2024	10.00	Turniej Gry Mölkky	DPS Kluzeka 6

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**