

31 -109 Kraków, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

Centrum Aktywności Seniorów CAS GALICYJSKI

adres - Kraków, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

kontakt – tel. 516 011 002

e-mail cas.galicyjski@gce.krakow.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00-13:00
wtorek	9:00-13:00
środa	9:00-13:00
czwartek	9:00-13:00
piątek	9:00-13:00

OBOWIĄZUJE OD 01 SIERPNI 2024

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – *SIERPIEŃ* 2024

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	12:00 – 13:00	Tańce rąk	
	13:00 – 14:00	Pilates/zdrowy kręgosłup – grupa 1	
	14:00 - 17:00	Warsztaty rękodzieła	19.08 26.08
wtorek	10:00 – 12:00	Dyżur koordynatora CAS GALICYJSKI	
	10:00 - 11:00	Zajęcia rytmiczno-taneczne - grupa 1	
	11:00 - 12:00	Zajęcia rytmiczno-taneczne - grupa 2	

	16:15 – 17:15	„Senior w sieci” czyli poznajemy nowe technologie	Zajęcia odbędą się tylko w dniu 13.08
	17:15 – 18:15	Trening umysłu	Zajęcia odbędą się tylko w dniu 13.08
środa			
czwartek	11:30 – 12:30	Gimnastyka na krzesłach	
	12:30 – 13:30	Pilates/zdrowy kręgosłup – grupa 2	
	12:45 – 13:45	Język angielski – poziom średniozaawansowany	
	13:45 – 14:45	Język francuski – poziom średniozaawansowany	
piątek			

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.