



FUNDACJA
UKRYTE
SKRZYDŁA



OŚRODEK KULTURY
KRAKÓW-NOWA HUTA
WWW.KRAKOWNH.PL

Rozproszone Centrum Aktywności Seniorów XVIII Dzielnicy

adres: Wróżeńska 49; 31-997 Kraków

telefony: Fundacji 660 569 100; Koordynatora 604 457 714

e-mail: biuro@ukryteskrzydla.pl

„Rozproszone” CAS-y, są czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	Wróżeńska 49; klubowe sale w budynku OSP/10-14
wtorek	Klub pod „Kasztanami” os. Kościelniki ul. Płoszczyzny 1/16-20
środa	Klub „Jedność” os. Wolica ul. Drożyska 3c/10-14
czwartek	Klub „Herkules os. Branice ul. Gen. M. Karaszewicza-Tokarzewskiego 29/10-14
piątek	Klub „Karino” os. Chałupki ul. Truskawkowa 4/12-16

OBOWIAZUJE OD 06.09.2024 r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – wrześniu 2024 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek - Wróżeńce	10-12	Zaj gimnastyczne dla seniorów	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie 9;16;30.09
	12-14	Obsługa internetu w komórce	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie 9;16;30.09
Wtorek - Kościelniki	16-18	pilates	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie 10;24.09
	18-20	Zajęcia z rękodzieła	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie
Środa - Wolica	10-12	fitness	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie 11;25.09

	12-14	Zajęcia z rękodzieła	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie
Czwartek - Branice	10-12	Zaj gimnastyczne dla seniorów	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie 12;26.09
	12-14	Zaj z rękodzieła	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie
Piątek - Chałupki	12-14	Ćwiczenia koordynacyjne	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie 13;27.09
	14-16	Zajęcia z rękodzieła	Zajęcia prowadzone wolontaryjnie

ZAJĘCIA DODATKOWE –we wrześniu 2024 roku

spotkania w Kawiarence, ul. Wróżeńska 49; klubowe sale w budynku OSP

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
wtorki	9-12	klubowe	
piątki	9-12	klubowe	
06.09	9.45- 16	wycieczka	Rejs do Tyńca

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.