

Centrum Aktywności Seniorów „Nie Dzieli Nas Wiek” Azory
31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21 tel: 727 430 999 www.fundacjaniedzielinaswiek.pl

Sierpień 2017

Poniedziałek

- godz. 10.00 – 12.00 Warsztaty: Zdrowe gotowanie – prowadzą członkowie CAS
Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21
- godz. 12.00 – 13.00 Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilates, stretching
- godz. 13.00 – 14.00 Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca
Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24

Wtorek

- godz. 10.00 – 14.00 Kurs fotograficzny (do 8.08)
- godz. 9.00 – 14.00 Spacerkiem z kijkami po Krakowie i okolicy (czas spaceru do 4h), w razie niepogody lub braku chętnych zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła
Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

Środa

- godz. 10.00 – 12.00 Język rosyjski dla grupy średnio zaawansowanej (lista zamknięta)
Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21
- godz. 14.30 – 16.00 Gimnastyka w wodzie, nauka pływania (lista zamknięta)
Miejsce spotkań: Basen „Fitnes Lemon” ul. Ludwinowska 11

Czwartek

- godz. 10.00 – 12.00 Zdrowy i aktywny senior / porady komputerowe
- godz. 12.00 – 14.00 Zajęcia teatralne
Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

Piątek

- godz. 12.00 – 14.00 Gimnastyka w wodzie (lista zamknięta)
Miejsce spotkań: Basen „Fitnes Lemon” ul. Ludwinowska 11
- godz. 16.00 – 18.00 Kawiarenka senioralna - prelekcja, pokaz multimedialne, prezentacja swoich pasji
Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

Dodatkowo lub w zamian za zajęcia:

- 17.08.2017 (czwartek) I Turniej Gier Europejski – DPS ul. Kluzeka 6
-
- 26.08.2017 (sobota) Wycieczka do Pławniowic – zapisy do 15.08 (wtorek)
-
- 22.08.2017 (wtorek) Wyjście do Muzeum PRL - spotkanie przy kawie i herbacie - wspomnienia z PRL
-

Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków