

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

Styczeń 2018

Poniedziałek

godz. 10.00 – 12.00

Warsztaty: Zdrowe gotowanie.

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz. 15.00 – 16.00

Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilaste, stretching.

godz. 16.00 – 17.00

Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca.

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24

Wtorek

godz. 10.00 – 12.00

Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła.

godz. 16.00 – 18.00

Porozmawiamy o zdrowiu.

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. 14.00 – 15.00

Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilaste, stretching.

godz. 15.00 – 16.00

Dance aerobik - zajęcia ruchowe z elementami tańca.

Miejsce spotkań: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24

Czwartek

godz. 14.00 – 15.00

Język włoski – dla początkujących.

godz. 15.00 – 16.00

Język angielski – dla początkujących.

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21

godz. 16.00 – 18.00

Zajęcia teatralne.

Miejsce spotkania: ZSO nr 5 ul. Chełmońskiego 24

Piątek

godz. 14.00 – 16.00

Zajęcia o charakterze edukacyjnym – warsztaty: bezpieczeństwa osobistego, pierwszej pomocy, spotkania z prawnikiem, seminarium z zakresu wiedzy obywatelskiej - na przemienne.

godz. 16.00 – 18.00

Kawiarenka senioralna – prelekcja, pokaz multimedialny.

Miejsce spotkania: ul. Weissa 8/21