

Centrum Aktywności SENIORÓW „Toń”

31-263 Kraków, ul. Łokietka 267, tel. 693 979 402, e-mail: mag.magic@interia.eu, www.kslajkonik.pl/ton/

- Dyżur telefoniczny od poniedziałku do piątku w godzinach od 11⁰⁰ do 13⁰⁰
- Biblioteka z czytelnią wtorki i czwartki w godzinach od 11⁰⁰ do 19⁰⁰
- Przystawki: bieżnia elektryczna (1szt.), rowerek (1szt.), orbitrek (2szt.)
- Bilard i tenis stołowy wymagają telefonicznego potwierdzenia
- Podczas wszystkich zajęć dostępna jest samoobsługowa kuchnia

dzień/godzina	zajęcia
poniedziałek	
16 ³⁰ - 17 ³⁰	rękodzieło warsztaty
17 ³⁰ - 18 ³⁰	rękodzieło warsztaty
18 ³⁰ - 19 ³⁰	iPad warsztaty
19 ³⁰ - 20 ³⁰	mediacja kurs
wtorek	
11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	komputery kurs
12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	komputery kurs
13 ³⁰ - 14 ³⁰	asertywność kurs
14 ³⁰ - 15 ³⁰	teatr zajęcia
15 ³⁰ - 16 ³⁰	szachy zajęcia
16 ³⁰ - 17 ³⁰	taniec towarzyski
17 ³⁰ - 18 ³⁰	taniec użytkowy
18 ³⁰ - 20 ⁰⁰	chór zajęcia
środa	
11 ³⁰ - 12 ³⁰	zdrowe gotowanie
12 ³⁰ - 13 ³⁰	zdrowe gotowanie
14 ⁰⁰ - 15 ⁰⁰	nordic walking
15 ³⁰ - 16 ³⁰	komputery kurs
16 ³⁰ - 17 ³⁰	komputery kurs
17 ³⁰ - 18 ³⁰	taniec salsa
czwartek	
15 ³⁰ - 16 ³⁰	pierwsza pomoc kurs
16 ³⁰ - 17 ³⁰	pierwsza pomoc kurs
18 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰	zajęcia ruchowe - zumba
19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰	kawiarenka obywatelska
piątek	
16 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	bilard/gry stolikowe/brydż
17 ⁰⁰ - 18 ⁰⁰	bilard/gry stolikowe/brydż
18 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰	bilard/gry stolikowe/brydż
19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰	wolontariat seniorów

- Informacje szczegółowe o zajęciach dostępne w zakładkach na stronie internetowej
- Wydarzenia okazjonalne poprzedzane są odrębnymi komunikatami
- 2015-12-12 (sobota) wycieczka na zamek w Wiśniczu i do kopalni soli w Bochni



Projekt współfinansowany przez Gminę Miejską Kraków