



Fundacja Uskrzydleni Wiekami zaprasza do

Centrum Aktywności Seniorów ulica Rusznikarska 14 lokal 16

Wrzesień

Poniedziałek

10.00 -11.00 – lekka gimnastyka rehabilitacyjna

11.00 -12.00 – tai-chi

12.00 -16.00 - gry stolikowe - sekcja brydżowa

Wtorek

9.00-11.00 – warsztaty plastyczne decoupage

11.00 -12.00 – gimnastyka rehabilitacyjna

12.00 -13.00 – gimnastyka rehabilitacyjna

Środa

12.00 -14.00 - origami, nowe techniki plastyczne/szydełkowanie

16.00 -18.00 - zdrowy tryb życia

18.00-19.00 – chór „Cecylia”

Czwartek

11.00-12.00 – gimnastyka rehabilitacyjna

12.00 - 13.00- gimnastyka rehabilitacyjna

15.00- 17.00 -wprawki krawieckie

17.00-19.00 – kurs obsługi tabletów

Piątek

10.00 -12.00 - zajęcia- wiklina papierowa

12.00 -14.00 –gry stolikowe

Sobota

14.00 -15.00 - kurs języka angielskiego dla początkujących

15.00 -16.00 - kurs języka angielskiego dla zaawansowanych

Ponadto:

27-28 września III Mistrzostwa Krakowa Seniorów 60+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa

Adres: ul. Rusznikarska 14 lokal 16, Kraków; tel. 511 200 011



Kraków

Projekt jest współfinansowany ze środków Gminy Miejskiej Kraków.