



**Centrum Aktywności Seniorów „Żeglarz”**

ul. Koźia 22 nad Zalewem Bagry Wielkie w Krakowie

## Centrum Aktywności Seniorów Żeglarz

adres - KŻ Horn Kraków, ul. Koźia 22, 30-733 Kraków

kontakt – tel.+48 12 653 05 08, +48 605 262 252

e-mail: [caszeglarz@gmail.com](mailto:caszeglarz@gmail.com)

[www.cas-zeglarz.pl](http://www.cas-zeglarz.pl) <https://www.facebook.com/caszeglarz>

### CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	9.00-13.00
środa	9.00-13.00
czwartek	9.00-13.00
piątek	9.00-13.00

### OBOWIĄZUJE OD 07.2022 r.

### Harmonogram zajęć stałych – LIPIEC 2022

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.00-11.00	Gimnastyka zdrowy kręgosłup	KŻ Horn
wtorek	11.00-13.00	Żeglowanie na Bagrach	KŻ Horn
	14.00-18.00	Kawiarenka seniora (klub scrabble / brydż/ klub obywatelski / gry stolikowe)	Tawerna Horn
środa	10.00-11.00	Joga	KŻ Horn
	11.00-14.30	Kawiarenka seniora (klub scrabble / brydż / klub obywatelski / gry stolikowe)	Tawerna Horn

 **Kraków**

PROJEKT JEST FINANSOWANY  
ZE ŚRODKÓW MIASTA KRAKOWA

  
CENTRUM AKTYWNOŚCI  
SENIORÓW



czwartek	17.00-19.00	Szantowanie i historia żeglarstwa.	KŻ Horn
	11.00-13.00	Żeglowanie na Bagrach.	KŻ Horn
	9.45-10.45	Język angielski	<a href="https://zoom.us/j/94695848273?pwd=TEc0eXo3a0lEVWIURm5JbkQ5NWdmQT09">https://zoom.us/j/94695848273?pwd=TEc0eXo3a0lEVWIURm5JbkQ5NWdmQT09</a> ID: 946 9584 8273 hasło: HornCAS1 od 7.07 zmiana terminu
	14.00-17.00	Ceramika - warsztaty	Terra Studio Ceramiki ul. Potebni 6
	16.00-19.00	Kawiarenka seniora (klub scrabble / brydż/ klub obywatelski / gry stolikowe)	Tawerna Horn
piątek	11.30-13.30 01.07.22	Historia sztuki w terenie	Teatr Stary ul. Jagiellońska 5 Zbiórka o 11.30 pod kasami teatru. MICET Muzeum Interaktywne. Centrum Edukacji Teatralnej.
	14.00-18.00	Kawiarenka seniora (klub scrabble / brydż / klub obywatelski / gry stolikowe )	Tawerna Horn

### Zajęcia dodatkowe w lipcu 2022:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
11.07.22	11.00	Warsztaty dekoracji koszulek.	KŻ Horn
23.07- 30.07.22		Rejs po Jeziorach Mazurskich.	

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*