



## Centrum Aktywności Seniorów „Młodzi Starszym - Trefle i Piki”

adres - Klub Studencki Żaczek al. 3 Maja 5

kontakt – Tel. 512419037

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

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

poniedziałek	14:00-20:00
wtorek	14:00-18:00
środa	14:00-20:00
czwartek	14:00-18:00
piątek	14:00-18:00

### **OBOWIĄZUJE OD 01.09.2023**

*data dzienna*

### **Harmonogram zajęć stałych – WRZESIEŃ 2023**

*Miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek 04,11,18,25	15:00-17:00	Tenis Stołowy Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:00-17:45	Gry planszowe,szachy,brydż Zajęcia ruchowe/integracyjne	
	17:45-20:00	Turniej brydża	
Wtorek 05,12,19,26	16:00-17:30	Nordic Walking Zajęcia ruchowe/integrujące	
	16:00 -18:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	

środa 06,13,20,27	14:00-15:30	Język hiszpański zajęcia edukacyjne	
	15:30-17:00	Taniec /Latino solo, samba/ Zajęcia ruchowo/integrujące	
	17:00-20:00	Turniej brydża	
czwartek 07,14,21,28	15:00-20:00	Kawiarenka obywatelska wolontariat	
	15:00-16:30	Język angielski zajęcia edukacyjne	
piątek 01,08,15,22,29	15:30-17:00	Nauka obsługi komputera, tableta i smartfona zajęcia edukacyjne	
	14:00-15:30	Nauka gry w brydża zajęcia edukacyjne	

### Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2023:

*miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy telefoniczne 694-414-402 lub  
za pomocą poczty elektronicznej [treflepiki@gmail.com](mailto:treflepiki@gmail.com)**