

## Centrum Aktywności Seniorów UKS OLIMP

adres: UKS Olimp, Kraków 30-206, ul. Księcia Józefa 24a.

Telefon: 500 215 500, 12 427 05 00 e-mail: [casolimp@o2.pl](mailto:casolimp@o2.pl)

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

poniedziałek	10:00-14:00
wtorek	10:00-14:00
środa	10:00-14:00
czwartek	10:00-14:00
piątek	10:00-14:00

**OBOWIĄZUJE OD 01 marca 2024 r.**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – MARZEC 2024

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.30 - 10.30	Zajęcia gimnastyczne	Gimnastyka usprawniająca
poniedziałek	10.30-12.30	Kawiarenka	
poniedziałek	14.00-16.00	Zajęcia ruchowe	Turystyka kajakowa,
wtorek	14.00-17.00	Klub miłośników kultury - warsztaty edukacyjne	<p><b>5 marzec</b> – godz. 14.00 – kościół oo. Bernardynów. Spotkanie: przed wejściem do kościoła.</p> <p><b>13 marzec</b> ( środa) – godz. 14.00 – ul. Pomorska. Spotkanie przed wejściem do muzeum.</p> <p><b>19 marzec</b> – godz. 14.00 – Gabinet Porcelanowy. Spotkanie: Wawel, Baszta Panieńska.</p> <p><b>26 marzec</b> – godz. 14.00. Od Krakowa do Sławkowa – tajemnice ul. Sławkowskiej. Spotkanie: róg Rynku i Sławkowskiej</p>

środa	15.00-17.00	Warsztaty	Warsztaty rękodzieła
środa	17.00-18.00	Kawiarenka	
czwartek	12.45-14.15	Basen	Basen Bronowianka ul. Zarzecze 124. Gimnastyka w wodzie.
piątek	9.30 - 10.30	Zajęcia gimnastyczne	Gimnastyka usprawniająca
piątek	10.30-11.30	Kawiarenka	

### ZAJĘCIA DODATKOWE – MARZEC 2024

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>20 marca</b>	<b>godzina 10.00</b> w Audytorium Maximum UJ w Krakowie.	Wiosenne Forum Seniora Małopolski 2024	Udział w Forum jest bezpłatny. Konieczna rejestracja np. poprzez e-mail na adres: <a href="mailto:forumseniora.krakow@polska&lt;br/&gt;press.pl">forumseniora.krakow@polska press.pl</a> .  W treści wiadomości obowiązkowo należy podać swoje imię, nazwisko oraz numer telefonu komórkowego.  Informacje godz.10-14 pod numerem telefonu 797 607 874.

**Zajęcia stacjonarne odbywają się w klubie pod adresem:  
Kraków, ul. Księcia Józefa 24a ( dojazd ulicą Wioślarską )  
Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy tel. 500 215 500.**