

Centrum Aktywności Seniorów „Tekla

adres: Kraków, ul. Stanisława Działowskiego 1

telefon: 535 538 450

e-mail: ester@strusiowo.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

OBOWIAZUJE OD 1 KWIETNIA 2025

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – kwiecień 2025

dzień tygodnia	Godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	10.00-14.00	Zajęcia plastyczne	7.04
poniedziałek	13.00 -14.00	Spotkanie z koordynatorem	7,14,28.04
poniedziałek	14.00 -15.00	Porady indywidualne	7,14,28.04
poniedziałek	16.00 -17.00	Fitness	7,14,28.04
wtorek	10.00 -11.30	Zajęcia w wodzie – aqua aerobik	Basen Camena w Skawinie
wtorek	10.00 -12.00	Nordic walking	
środa	9.30 – 11.00	Taniec w kręgu	
środa	10.30 -12.30	Proekologia	
środa	12.30 -14.30	Wiedza obywatelska	
czwartek	10.00 -12.00	Historia sztuki	03.04 przystanek św. Gertrudy 10.04 – pod budynkiem Poczty głównej 17.04 - ul. Limanowskiego przystanek Podgórze SKA

czwartek	13.30 - 15.30	Gry karciane i stolikowe	
czwartek	17.00 -18.00	Gimnastyka	
piątek	11.00-13.00	Trening pamięci	11,25.04
	12.00 -14.00	Muzykowanie	4,11,25.04

ZAJĘCIA DODATKOWE – kwiecień 2025

DATA	GODZINA	WYDARZENIE	UWAGI
9.04.2025	17.00	Senioralny Klub Filmowy - Agent szczęścia (Arun Bhattarai, Dorotya Zurbó, Bhutan 2024) 94'- prelekcja przed pokazem i dyskusja po filmie	Miejsce – kino Kika ul. I. Krasickiego 18 Obowiązują wcześniejsze zapisy
10.04.2025	7.00	Wyjazd edukacyjny do Cieszyna	Obowiązują wcześniejsze zapisy
14.04.2025	13.00	Spotkanie świąteczne	Obowiązują wcześniejsze zapisy
24.04.2025	7.30	Wyjazd edukacyjny do Nowego Sącza	Obowiązują wcześniejsze zapisy