



Centrum Aktywności Seniorów  
„Dojrzały smak życia”  
ul. Rzeźnicza 2a

### Centrum Aktywności Seniorów „Dojrzały smak życia”

adres: Kraków, ul. Rzeźnicza 2A

telefon: 12 294 81 35

e-mail: [biuro@apz.org.pl](mailto:biuro@apz.org.pl)

### 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 5.09.2018**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – WRZESIEŃ 2018

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11.00-12.30	Czas na kulturę: Gruzja-dzika, piękna i gościnna	17.09
poniedziałek	11.00-12.30	Z cyklu „Pokaż mi..” Najsłynniejsi polscy lekarze	3.09
poniedziałek	11.00-12.30	Kurs komputerowy nowoczesne technologie	17,24.09 Brak miejsc
poniedziałek	12.30-14.00	Nordic walking	3,17,24.09
wtorek	11.00-13.15	Zajęcia teatralno muzyczne	18.09
wtorek	11.00-12.30	Z cyklu „Spotkajmy się...- Chiny -kulinaria	4.09
wtorek	11.00-12.30	Kurs z zakresu fotografii i cyfrowej obróbki zdjęć	11,18,25.09 Brak miejsc
środa	11.00-12.30	Kurs komputerowy nowoczesne technologie	19,26.09 Brak miejsc

środa	9.00-10.30	Kurs języka angielskiego	5,12,19,26.09 Brak miejsc
środa	12.00-13.30	Zajęcia z zakresu petanki	5,26.09
środa	11.00-12.30	Kurs języka angielskiego	5,12,19,26.09 Brak miejsc
środa	13.00-14.00	Zajęcia z zakresu gimnastyki	19.09
czwartek	11.00-12.30	Kurs z zakresu fotografii i cyfrowej obróbki zdjęć	13,20,27.09 Brak miejsc
czwartek	11.00-12.30	Trening mediacji	6,20.09
czwartek	10.00-15.00	Turystyka piesza Podgórze Tynieckie - rezerwat	13.09
czwartek	10.00-15.00	Turystyka piesza Dolina Mnikowska	27.09
piątek	11.00-12.30	Kurs komputerowy nowoczesne	21,28.09
piątek	11.00-12.30	Zajęcia z zakresu plastyki-decoupage	21,28.09
piątek	13.00-14.00	Zajęcia z zakresu gimnastyki	21,28.09

### **ZAJĘCIA DODATKOWE – WRZESIEŃ 2018**

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek 24.09.2018	9.30-18.00	IV Mistrzostwa Krakowa Seniorów 60+	Tauron Arena ul. St. Lema 7
wtorek 25.09.2018	8.30-14.30	IV Mistrzostwa Krakowa Seniorów 60+	Klub Sportowy „Bronowianka” ul. Zarzecze 124A

**Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.**