

CAS "VICTORIA 303" - harmonogram działań

obowiązuje od 1.07.2026 r.

	Poniedziałek		Wtorek		Środa		Czwartek		Piątek	
09:30										
10:00					GIMNASTYKA 10:00-11:00		BRYDŻ SPORTOWY ** 10:00-14:00		TomFit - siłownia(3) 10:00-11:00	
10:30										
11:00										
11:30										
12:00									NORDIC WALKING 12:30-13:30	
14:00										
14:30	STREFA RELAKSU (1) (gry planszowe i karciane) 14:30-16:30		MOLKKY/ PETANQUE(2) 16:00-18:00		SPOTKANIE Z KOORDYNATOREM 14:30-15:30		STREFA RELAKSU (1) (gry planszowe i karciane) 14:30-16:30		WIEDZA OBYWATELSKA* 15:30-16:30	
15:00					ZDROWY TRYB ŻYCIA 15:30-16:30				PORADY INDYWIDUALNE 16:30-17:30	
15:30										
16:00										
16:30										
17:00			NOWE TECHNOLOGIE 16:30-17:30		KAWIARENKA DLA SENIORÓW W RAMACH CAS "VICTORIA 303" XXX LO im. Brata Alberta w Krakowie. CZYNNE PON.-PIĄTEK 14-18.					
17:30										
18:00										

¹ w ramach działania integracyjnego CAS Victoria i XXX L.O. (poniedziałki: rummikub, nauka gry w szachy, brydż sportowy, środy: rummikub, brydż towarzyski, planszówki)

² os. Avia 6,20.VII, park Woźniców 13,27.VII

³ treningi wprowadzające z instruktorem dla seniorów 60+ (os. Avia) – zapisy u koordynatora

KOMUNIKATY I DODATKOWE INFORMACJE NA STRONIE WWW.FUNDACJAPASJA.ORG

Zajęcia dodatkowe			
data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
02.07.2026	08:00	wyjazd turystyczno-rekreacyjny w Gorce	obowiązują zapisy
04.07.2026	godz. 16 - 18	potańcówka na Załęczu	obowiązują zapisy
06.07.2026	12:00	spotkanie okolicznościowe z okazji światowego dnia czekolady	obowiązują zapisy
12.07.2026	18:00	90-rocznica Pavarottiego w Kinie Kijów (retransmisja)	obowiązują zapisy
24.07.2026	08:00	wyjazd turystyczno-krajoznawczy do Puszczy Niepołomickiej	obowiązują zapisy
29.07.2026	14:30	szkolenie MCPU – „radzenie sobie ze stresem”	obowiązują zapisy