

CAS "VICTORIA 303" - harmonogram działań

obowiązuje od 1.09.2026 r.

	Poniedziałek		Wtorek		Środa		Czwartek		Piątek			
10:00			SPACERY PO KRAKOWIE (1,8.IX) 10:00-12:00		GIMNASTYKA (16,23,30.IX) 10:00-11:00 OKNH*		BRYDŻ SPORTOWY ul. Borsucza 11 10:00-14:00		WARSZTATY KULINARNE (4,11.IX) ul. Borsucza 11 10:00-12:00		GIMNASTYKA DNA MIEDNICY (18,25.IX) 10:30-12:00 OKNH*	
10:30					ZUMBA (16,23,30.IX) 11:00-12:00 OKNH*							
11:00												
11:30												
12:00									SPOTKANIE Z PSYCHOLOGIEM (11.IX) ul. Zakopiańska 9 12:00-13:30		NORDIC WALKING 12:30-13:30	
12:30												
13:00												
13:30												
14:00												
14:30			SPOTKANIE Z KOORDYNATOREM 14:30-15:30		SPOTKANIE Z PSYCHOLOGIEM (9,23.IX) 14:30-16:00							
15:00	NAUKA GRY (1) (brydż, szachy, inne) 15:00-17:00											
15:30			ZDROWY TRYB ŻYCIA (1,8.IX) 15:30-16:30		WIEDZA OBYWATELSKA 15:30-16:30							
16:00												
16:30		MOLKKY/ PETANKA bulodrom AVIA 16:30-18:30	NOWE TECHNOLOGIE 16:30-17:30				PORADY INDYWIDUALNE 16:30-17:30					
17:00												
17:30					KLUB FILMOWY 17:30-19:00							
18:00												
18:30												
19:00												

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

Zajęcia dodatkowe - wrzesień 2026			
data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
17.09	12-14	spotkanie okolicznościowe - Pierwszy Małopolski Dzień Seniora (17 września)	obowiązują zapisy
19.09	8-20	wyjazd rekreacyjno-integracyjny (Wysowa) – dni miodu i sera	obowiązują zapisy
wrzesień	7-16	grzybobranie w świętokrzyskim (zależnie od wysypu)	obowiązują zapisy
22.09	16-18	turniej petanki (XIV dzielnicy)	obowiązują zapisy
25.09	7-17	wyjazd edukacyjno-rekreacyjny	obowiązują zapisy