



Centrum Aktywności Seniorów **CAS KOPANIEC**

adres: Syrachowska 1; 31-997 Kraków

telefon: Koordynatora 789 660 514

e-mail: biuro@ukryteskrzydla.pl

CAS KOPANIEC jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9-14
wtorek	12-17
środa	10-15
czwartek	12-17
piątek	9-14

OBYWIAZUJE OD 03.02.2025 r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH –lutym2025 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek -	9-11	Zaj gimnastyczne dla seniorów	
	11.45-14	Język angielski	
Wtorek -	12-14	Muzykoterapia	
	14-17	Spotkanie wolontariatu	
Środa -	10.30-12.30	Jak psychologia ułatwia życie	
	13-15	Obsługa internetu w komórce	
Czwartek -	12-14	Aktywny senior	
	14.15-17	Zaj taneczne	

Piątek -	10-12	smovey	
	12-14	Gry klubowe	21.02 wykład dr Mętel „Jak dobrze oddychać”
	14.15	Aqua aerobik	Zajęcia na basenie os Kolorowe

ZAJĘCIA DODATKOWE –w lutym 2025 roku

Kawiarenka otwarta jest od 9.00 z wyjątkiem wtorku i czwartku

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.