

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachoskiego 8

telefon: 578 775 119

adres e-mail : cas.pradnikbialy@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.30-13.30
wtorek	9.30-13.30
środa	9.30-13.30
czwartek	9.30-13.30
piątek	9.30-13.30

OBOWIĄZUJE OD 14 lutego HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Luty 2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 3,10,17,24	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca	
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna	
Wtorek 4,11,18,25	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody	
	17.00-17.45	Gimnastyka korekcyjna gr. I	
	17.45-18.30	Gimnastyka korekcyjna gr. II	
	15.30.-16.30	Zajęcia z obsługi smartfonów	

Środa 5,12,19,26	9.15-10.00	Joga twarzy	
	10.00-11.00	Trening umysłu / 5 i 19 I grupa/ /12 i 26 II grupa/	
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie".	
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	
Czwartek 6,13,20,27	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne	
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe 20 lutego zajęcia odwołane	
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe 20 lutego zajęcia odwołane	
Piątek 7,14,21,28	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje Komputerowe w pracowni komputerowej przy ul. Pachońskiego 8	

ZAJĘCIA DODATKOWE:

luty 2025

12 luty	Godz.13.00-17.00	Zimowy Turniej Brydżowy /wewnętrzny/	Zapisy w biurze CAS
14 luty /zmiana terminu zajęć/	Godz.11.00	Spotkanie z przedstawicielami KWP Wydział Prewencji na temat przestępstw w środowisku senioralnym terenie Krakowa	Zapisy w biurze CAS
21 lutego	Godz.10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Wokół Placu Na Groblach	Na zajęcia obowiązują zapisy
22 lutego	Godz.19.00	Wyjście do Teatru Ludowego Scena Pod Ratuszem na spektakl „Głos ludzki.Edith Piaf”	Zapisy w biurze CAS

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy