

Centrum Aktywności Seniorów „Złota Jesień Hutnika”

adres - ul. Kaczeńcowa 7; Kraków

kontakt : 509 690 123 Iwona; 691 607 399 Barbara

e-mail: zlotajesienhutnika@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

Poniedziałek	9 ³⁰ - 13 ³⁰
Wtorek	10 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰
Środa	9 ³⁰ - 14 ⁰⁰
Czwartek	9 ³⁰ - 13 ³⁰
Piątek	9 ³⁰ - 13 ³⁰

Harmonogram zajęć stałych – marzec 2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 3, 10, 17, 24	11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰	Gry stolikowe - różne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 duża sala zajęcia organizowane przez seniorów
Poniedziałek 3, 10, 17, 24	11 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Brydż 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 mała sala zajęcia organizowane przez seniorów
Poniedziałek 3, 10, 17, 24	10 ¹⁵ - 11 ⁴⁵	Aerobik w wodzie 2 jednostki zajęciowe	Park Wodny obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
Wtorek 4,11,	10 ⁰⁰ - 11 ³⁰	Plastyka-malarstwo 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Wtorek 4, 11, 18,25	11 ⁴⁵ -12 ⁴⁵	Zagraj z nami w RUMMIKUBA -dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Środa 5,12,19,26	10 ⁰⁰ - 10 ⁴⁵	Gimnastyka ogólnorozwojowa 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona
	10 ⁵⁵ - 11 ⁴⁰	Utrzymanie sprawności fizycznej –poznajemy techniki relaksacyjne 1 jednostka zajęciowa	
Środa 5,12,19,26	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Obsługa smartfonów-grupa podstawowa 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
	13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰	Nowe technologie- laptopy-bezpieczeństwo w sieci 1 jednostka zajęciowa	
Czwartek 6,13,20,27	9 ⁴⁵ - 10 ⁴⁵	Język angielski 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Czwartek 13, 20	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Warsztaty manualne – 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Czwartek 27	11 ⁰⁰ - 12 ³⁰	Warsztaty manualne – dekoracje świąteczne 2 jednostki zajęciowe	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 7,14,21,28	10 ¹⁵ - 11 ¹⁵	Warsztaty animacyjno - taneczne 1 jednostka zajęciowa	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7 obowiązują zapisy
Piątek 7,14,21,28	11 ³⁰ - 12 ³⁰	Zagraj z nami w RUMMIKUBA -dla początkujących i zaawansowanych	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7

Zajęcia dodatkowe w marcu 2025 r.

Data	godz.	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek Wtorek Czwartek	12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰	Kawiarenka	siedziba CAS ul. Kaczeńcowa 7
Piątek 7	15 ³⁰	Multikino – film „Przepiętkne”	Szczegóły u koordynatorów, Ilość miejsc ograniczona
Wtorek 18,25	15 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰	Zielony Spacer (Kopiec Krakusa , Bulwary Wiślane) -organizowany przez Krakowskie Centrum Edukacji Klimatycznej	Szczegóły u koordynatorów, Ilość miejsc ograniczona

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy