



FUNDACJA  
UKRYTE  
SKRZYDŁA

## Centrum Aktywności Seniorów **CAS KOPANIEC**

adres: Syrachowska 1; 31-997 Kraków

telefon: Koordynatora 789 660 514

e-mail: [biuro@ukryteskrzydla.pl](mailto: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

**OBOWIĄZUJE OD 14.03.2025 r**

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – marcu 2025 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
<b>Poniedziałek -</b>	9-11	Zaj gimnastyczne dla seniorów	
	11.45-14	Język angielski	
<b>Wtorek -</b>	12-14	Zaj Teatralne	
	14-16	Spotkanie wolontariatu	
<b>Środa -</b>	10.30-12.30	Jak psychologia ułatwia życie	21.03 zajęcia odwołane
	13-15	Obsługa internetu w komórce	21.03 zajęcia odwołane
<b>Czwartek -</b>	12-14	smovey	Tylko 06.03
	14.15-17	Zaj taneczne	

<b>Piątek -</b>	10-12	Aktywny senior/ <b>Smovey</b>	<b>Uwaga Tylko 07.03</b> <b>Aktywny Senior zamiast</b> <b>Smovey</b>
	12-14	gry klubowe	
	14-15	Aqua aerobik	Zajęcia na basenie os Kolorowe

### **ZAJĘCIA DODATKOWE –w marcu 2025 roku**

**Kawiarenka otwarta jest od 9.00 z wyjątkiem wtorku i czwartku  
wtedy otwarta jest od 11.00**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
21.03	10-14	FORUM SENIORA <b>Auditorium</b> <b>Maximum</b> UJ, . ul. Krupnicza <u>33 w Krakowie</u>	<b><u>Wyjście na Forum</u></b>

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*