



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	12.00-17.30
piątek	9-14

OBYWIAZUJE OD 14.04.2025 r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – kwietniu 2025 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek -	9-11	Zaj gimnastyczne dla seniorów/yoga Twarzy	W dniu 28.04 wolontaryjne
	11.45-14	Język angielski	
Wtorek -	12-14	<u>Zaj Teatralne</u>	W dniu 22.04 odwołane
	14-16	Spotkanie wolontariatu	
Środa -	10.30-12.30	Jak psychologia ułatwia życie	
	13-15	Obsługa internetu w komórce	16 i 23 kwietnia wolontaryjnie
czwartek	12.-14	Aktywny senior	
	14.15-16.15	Zaj taneczne	W dniu 17.04 odwołane
	16.15- 17.15	YOGA	W dniu 17.04 odwołane

Piątek -	9-11	Slow jogging/ Smovey	W dniu 18.04 odwołane
	11-14	Gry klubowe	W dniu 04.04 odwołane
	14-15	Aqua aerobik	Zajęcia na basenie os Kolorowe W dniu 18.04 odwołane

ZAJĘCIA DODATKOWE –w kwietniu 2025 roku

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

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
04.04	8-16	Wycieczka do Kazimierzy(baseny)	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.