

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachońskiego 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 24 kwietnia HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Kwiecień 2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 7,14,28	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca 7,14,28 kwietnia	
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana 7,14,28 kwietnia	
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna 7,14,28 kwietnia	

Wtorek 1,8,15,22,29	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody 1,8,15, 22,29 kwietnia	
	17.00-17.45	Gimnastyka korekcyjna gr .I 1,8,15,22,29 kwietnia	
	17.45-18.30	Gimnastyka korekcyjna gr. II 1,8,15,22,29 kwietnia	
	15.30.-16.30	Zajęcia z obsługi smartfonów 1,8,15,22,29kwietnia	
Środa 2,9,16,23,30	9.15-10.00	Joga twarzy 2,9,16,23 kwietnia	
	10.00-11.000	Trening umysłu / 2, 16 I grupa/ /9, 23 II grupa/	
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie". 2,9,16,30 kwietnia	
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe 2,9,16,23,30	
Czwartek 3,10,17,24	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne 3,10,24 kwietnia	
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe I 3,10, 24 kwietnia zajęcia odwołane	
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe II 3,10, 24 kwietnia zajęcia odwołane	
Piątek	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje Komputerowe w pracowni	

4,11,25		komputerowej przy ul. Pachońskiego 8	
---------	--	---	--

ZAJĘCIA DODATKOWE:

Kwiecień 2025

4 kwietnia	Godz.10.30	Wyjście na wystawę multimedialną Frida Kaloo. Miejsce: Hangar Czyżyny	Zapisy w biurze CAS
11 kwietnia	Godz.10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Wokół Placu Inwalidów	Na zajęcia obowiązują zapisy
15 kwietnia	Godz.10.30-12.30	Warsztaty rękodzielnicze: Wielkanocne ozdoby naszych stołów	Zapisy w biurze CAS

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy