

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachonńskiego 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 1 maja HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Maj 2025

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 5,12,19,26	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca 5,12,19,26 maj	
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana 5,12,19,26 maj	
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna 5,12,19,26 maj	

Wtorek 6,13,20,27	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody 6,13,20,27 maj	
	17.00-17.45	Gimnastyka korekcyjna gr .I 6,13,20,27 maj	
	17.45-18.30	Gimnastyka korekcyjna gr. II 6,13,20,27 maj	
	15.30.-16.30	Zajęcia z obsługi smartfonów 6,13,20,27 maj	
Środa 7,14,21,28	9.15-10.00	Joga twarzy 7,14,21, maj	
	10.00-11.000	Trening umysłu / 7, 21 I grupa/ /14 II grupa/	
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie". 7,14,21,28 maj	
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe 7,14,21,28 maj	
Czwartek 8,15,22,29	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne 8,15,22,29 maj	
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe I 8,15,22,29 maj	
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe II 8,15,22,29 maj	
Piątek 9,16,23,30	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje Komputerowe w pracowni komputerowej przy ul.	

		Pachońskiego 8 9,16,23,30 maj	
--	--	----------------------------------	--

ZAJĘCIA DODATKOWE:

Maj 2025

23 maj	Godz.10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Szlakiem Tadeusza Kościuszki po Krakowie	Na zajęcia obowiązują zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy