



Centrum Aktywności Seniorów Nie Dzieli Nas Wiek

adres **31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21**

kontakt – tel. 727 430 999

e-mail fundacjanie.dzieli.nas@op.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	15.00 – 17.00
wtorek	16.00 - 17.00
środa	16.00 – 18.00
czwartek	16.00 – 18.00
piątek	10.00 – 12.00

OBOWIĄZUJE od 1.06.2025r.

Harmonogram zajęć stałych czerwiec 2025r.

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	10.30 -12.00	Język angielski	ul. Weissa 8/21
	13.00 -14.00	Smovey - radość z ruchu	Boisko przy ul. Weissa .
	15.00 -17.00	Zajęcia teatralne	ul. Weissa 8/23
	17.00 – 19.00	Zdrowy i aktywny senior. Automasaż	ul. Weissa 8/21
wtorek	10.00 –11.30	Język włoski w dniu 3.06 zajęcia odwołane	ul. Weissa 8/21
	13.15-14.45	Gimnastyka rehabilitacyjna z elementami innych systemów ćwiczeń joga, pilates, strechin	ul. Weissa 8/21
	16.00 -18.00	Kawiarenka senioralna	ul. Weissa 8/21
środa	12.30 – 13.30	Basen – aqua aerobic.	Basen „Fitness Lemon” ul. Ludwinowska 11
	16.30 -18.00	Trening umysłu.	ul. Weissa 8 /21

czwartek	10.00 –11.30	Gimnastyka ogólnorozwojowa	ul. Weissa 8/23
	16.00 - 18.00	E-senior – zajęcia indywidualne	ul. Weiss 8/21
	16.00 –18.00	Zdrowe gotowanie.	ul. Weissa 8/21
piątek	9.30 -11.30	Zajęcia plastyczno - techniczne	ul. Weissa 8/21
	11.30 - 13.30	Taniec w kręgu.	ul. Weissa 8/23

Zajęcia dodatkowe czerwiec 2025

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
3.06.2025	10.00	VI Festiwal Artystyczny Seniorów	Sala Widowiskowa Kościoła Św. Jadwigi ul. Łokietka 60
3.06.2025	10.00	Tańczymy na Rynku Głównym na Inauguracji XXVI Tygodnia Osób Niepełnosprawnych „Kocham Kraków z Wzajemnością”.	Rynek godz.12.00
4.06.2025	10.00	Występ naszego zespołu teatralnego dla dzieci z przedszkola „Kraina Uśmiechu”	Przedszkole Niepubliczne Kraina Uśmiechu ul.M.Jaremy 10
8.06.2025	Godz.16.00, 19.00	Letni Festiwal Operetkowy na Wiśle im. Iwony Borowickiej inaguracja	Centrum Kongresowe ICE -Sala Teatralna
13.06.2025	9.00-21.00	XII Międzynarodowe Senioralia (program koordynatora)	Park Jordana
25.06.2025	10.00	II PRZEGLĄD GRUP TANECZNYCH osób w wieku emerytalnym „ROZSTAŃCZONY KRAKÓW”	Hala 100 –lecia KS Cracovia, Centrum Osób Niepełnosprawnych, ul. Focha 40,
26.06.2024 (czwartek)	14.00	Piknik Świętojański „W rytmach Bollywood”	DPS Kluzeka 6
29.06.2025	Godz.16.00, 19.30	Wielka Gala Muzyki Filmowej Letni Festiwal Operetkowy na Wiśle im. Iwony Borowickiej	Scena NCK
czerwiec		Dni Krakowa	Proszę o zapoznanie się z programem na stronach miejskich
3.10,17, 24.06 2025	18.30	Warsztaty taneczne – tańce różne	SP nr 21 Kraków ul. Batalionu „Skała” AK 12

19.05.2025 – 30.06.2025		Konkurs plastyczny dla seniorów – Dworki Prądnika Białego – technika dowolna	Organizator: Dzielnica IV i CAS Nie Dzieli Nas Wiek
w poniedziałki, środy, piątki	17.30	Gra w bulle i molkky	Park Krowoderski

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.