



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 23.06.2025 r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – czerwc 2025 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek -	9-11	Zaj gimnastyczne dla seniorów/yoga Twarzy	
	11.45-14	Język angielski	
Wtorek -	12-14	<u>Zaj Teatralne</u>	Odbývają się w Teatrze im J Słowackiego
	14-16	Spotkanie wolontariatu	
Środa -	10.30-12.30	Jak psychologia ułatwia życie	W dniu 18 i 25 zajęcia wolontaryjne
	13-15	Obsługa internetu w komórce	W dniu 25.06 zajęcia wolontaryjne

czwartek	12 -14	Aktywny senior	
	14.15-16.15	Zaj taneczne	
	16.15- 17.15	YOGA	W dniu 26.06 zajęcia wolontaryjne
Piątek -	9-11	Slow jogging/Smovey	W dniu 20.06 zajęcia odwołane
	11-14	Gry klubowe	W dniu 20.06 zajęcia odwołane

ZAJĘCIA DODATKOWE –w czerwcu 2025 roku

**Kawiarenka otwarta jest od 9.00 i czynna przez cały czas
(z wyjątkiem wtorku i czwartku wtedy otwarta jest od 11.00)**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
02.06	11-13	Porządkujemy zieleń wokół naszego CAS	
06.06	10-13	Tańce w Kręgu na Rynku Głównym	
25.06	10-16	Przegląd Grup Tanecznych	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.