

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 8 lipca **HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – Lipiec 2025**

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca	7,14,21,28 lipiec ul .Pachońskiego 8
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	7,14,21,28 lipiec ul. Pachońskiego 8
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna	7,14,21,28 lipiec ul. Pachońskiego 8
wtorek	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody	1,8,15,22,29 lipiec ul.Pachońskiego 8
	8.00-8.45	Gimnastyka korekcyjna	1,8,15,22,29 lipiec plener przy Dworku Białoprądnickim
	9.00-9.45	Nordic Walking	1,8,15,22,29 lipiec tereny zielone

			Prądnika Białego, spotkania przy dworku
	12.00-13.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	1,8,15,22,29 lipiec
środa	9.15-10.00	Joga twarzy	Zajęć w lipcu nie ma
	10.00-11.000	Trening umysłu	Zajęć w lipcu nie ma
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie".	2,9,116,23,30 lipiec
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	2,9,116,23,30 lipiec ul.Pachońskiego 8
czwartek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne	3,10,17,24,31 lipiec ul. Pachońskiego 8
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe	Zajęć w lipcu nie ma
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe	Zajęć w lipcu nie ma
piątek	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje komputerowe	4,11,18,25 lipiec sala ul.Pachońskiego 8

ZAJĘCIA DODATKOWE:

Lipiec 2025

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
18 lipiec	Godz.10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Wokół ulicy Stradom.	Na zajęcia obowiązują zapisy
22 lipiec	Godz.9.00-14.00	Wyjazd do Gospodarstwa Agroturystycznego w Dębniku	Na wyjazd obowiązują zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy