



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 05.08.2025 r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – sierpniu 2025 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek -	9-11	Zaj gimnastyczne dla seniorów/yoga Twarzy	W dniu 25.08 zajęcia wolontaryjne
	11.45-14	Język angielski	
Wtorek -	14.30-16.30	Zaj Teatralne	Odbywają się w T im J Słowackiego W dniu 12.08 wolontaryjnie
Środa -	13-15	Obsługa internetu w komórce	
Czwartek	14.15-16.15	Zaj taneczne	
	16.15- 17.15	Yoga	

Piatek	9.30-11.30	Smovey/Slow jogging	
	11.30- 14.30	Gry klubowe	

ZAJĘCIA DODATKOWE –w sierpniu 2025 roku

Kawiarenka otwarta jest od 9.00 z wyjątkiem wtorku i czwartku

wtedy otwarta jest od 11.00

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
07.08	Godz. 17.20- 21.00	Spotkanie integracyjne przy ognisku	

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.