



Centrum Aktywności Seniorów **CAS KOPANIEC**

adres: Syrachowska 1; 31-997 Kraków

telefon: Stanisław koordynator -789 660 514

osobisty dyżur koordynatora poniedziałki i środy 9-14

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	12-17
piątek	9-14

OBYWIAZUJE OD 01.10.2025 r

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH – we październiku 2025 roku

dzień tygodnia	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek -	9-11	Zaj gimnast i yoga twarzy	
	11.45-14	Język angielski	
	15-17	fotografia/filmowanie	<i>Zajęcia odbywają się w Teatrze Słowackiego</i>
Wtorek -	14-16	<u>Zaj Teatralne</u>	<i>Zajęcia odbywają się w Teatrze Słowackiego</i>
	16-18	Zajęcia choreograficzne	<i>Zajęcia odbywają się w Teatrze Słowackiego</i>
Środa -	10.00-12.00	Jak psychologia ułatwia życie	
	13-15	Obsługa internetu w laptopie/komórce	<i>W dniach 1.10 i 8.10 zajęcia odwołane</i>

Czwartek -	12.15 14.15	Zaj klubowe	
	14.15-16.15	Zaj taneczne	
	16.15-17.15	Yoga tradycyjna	
Piątek -	10-12	smovey/slow jogging	<i>W dniu 31.10 odwołane</i>
	12-14	Spotkania wolontariatu	<i>W dniu 31.10 odwołane</i>
	14-15	Aqua aerobik	Zajęcia na basenie os Kolorowe <i>W dniu 31.10 odwołane</i>

ZAJĘCIA DODATKOWE –we październiku 2025 roku

**Kawiarenka otwarta jest od 9.00 z wyjątkiem wtorku i czwartku
wtedy otwarta jest od 11.00**

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
12.10	11-13	Klub Wyspiańskiego	T Słowackiego
13.10	10-12	Klub Wyspiańskiego	Dom Machin
15.10	10-12	Klub Wyspiańskiego	Dom Machin
19.10	11-13	Klub Wyspiańskiego	T Słowackiego
20.10	10-12	Klub Wyspiańskiego	Dom Machin
22.10	10-12	Klub Wyspiańskiego	Dom Machin
27.10	18	„Sanatorium” spektakl	Dom Machin
29.10	10-12	Klub Wyspiańskiego	Dom Machin

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.