

	Centrum Aktywności Seniorów WRÓBLOWIANKA ul. Wróblowicka 58 telefon: 600 051 651
--	---

Centrum Aktywności Seniorów Wróblowianka

adres - Kraków 30-698 ul. Wróblowicka 58

kontakt CAS/ koordynator – tel. 600 051 651

Koordynator: Jadwiga

Dyżury koordynatora: poniedziałek, wtorek, czwartek
godz. 11.00 – 13.30

e-mail : jagaszarek@poczta.fm

CAS czynne od poniedziałku do piątku /LUTY/ w godzinach:

poniedziałek	10.00-14.00
wtorek	10.00-14.00
środa	15.00 – 19.00
czwartek	10.00-14.00
Piątek	10.00-14.00

OBOWIĄZUJE OD 2.02.2026

Harmonogram zajęć stałych – LUTY 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek			
2,9,16,23	11.00-12.30	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	
2,9,16,23	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
Wtorek			
3,10,17,24	10.15-11.15	Zaj. z zakresu nowoczesnych technologii	
3,10,17,24	11.15-12.15	Trening umysłu	
Środa			
4,11,18,25	17.30-19.00	Zajęcia wokalne- muzyczne	

4,11,18,25	16.00-17.30	Zajęcia teatralne Wróblowickiego Teatru Seniora „WTS”	
18,25	15.00-16.00	Gimnastyka kręgosłupa na matach	
Czwartek			
5,12,19,26	10.00-11.00	Gimnastyka rehabilitacyjna	
5,12,19,26	11.15-13.15	Zajęcia plastyczne z elementami rękodzieła	
Piątek			
20	11.00-14.00	Zajęcia malarskie w pracowni artystycznej	
6,13,20,27	9.30-10.15	Aerobic w basenie	
13	10.00-13.00	Gry stolikowo rozwojowe	

Zajęcia dodatkowe:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
11	11.30	Wyjście na wystawę szopek krakowskich	Międzypokoleniowy spacer po Krakowie
17	17.00	Zabawa ostatkowa na pożegnanie karnawału	Spotkanie integracyjno-okolicznościowe w ramach funkcjonowania kawiarenki
Pon. – Pt.	w godz. otwarcia CAS	Dyżury w kawiarence	Wolontariat

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy