

Centrum Aktywności Seniorów Prądnik Biały

adres: Kraków ul. Pachońskiego 8

telefon: 578 775 119 /koordynatorka Jolanta

pełni dyżury w każdy poniedziałek i środę w godz.10.00-12.00

adres e-mail : cas.pradnikbialy@gmail.com

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9.00-13.00
wtorek	9.00-13.00
środa	9.00-13.00
czwartek	9.00-13.00
piątek	9.00-13.00

OBOWIĄZUJE OD 1 marca

HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH Marzec 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca	2,9,16,23,30 marzec Pachońskiego 8
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	2,9,16,23,30 marzec Pachońskiego 8
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna	2,9,16,23,30 marzec Pachońskiego 8
wtorek	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody	3,10,17,24,31 marzec ul.. Pachońskiego 8

	13.—14.00	Zajęcia z obsługi smartfonów	3,10,17,24,31 marzec ul.Pachońskiego 8
	15.30-16.30	Zajęcia z obsługi smartfonów	3,10,17,24,31 marzec Pachońskiego 8
	17.00-17.45	Gimnastyka gr.I	3,10,17,24,31 marzec Sala gimnastyczna ZSO nr.16 ul. Mackiewicza
	17.45-18.30	Gimnastyka gr.II	3,10,17,24,31 marzec Sala gimnastyczna ZSO nr.16 ul. Mackiewicza
środa	9.00-9.45	Joga Twarzy	4,11,18,25 marzec
	10.00-11.00	Trening Umysłu	4 ,18 marzec I grupa 11,25 II grupa
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie".	4,11,18,25 marzec
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	4,11,18,25 marzec
czwartek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne	5,12,19,26 marzec
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe	5,12,19,26 marzec sala komputerowa ZSO nr.16
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe	5,12,19,26 marzec sala komputerowa ZSO nr.16 gr.II
piątek	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje komputerowe	6,13,20 marzec ul.Pachońskiego 8

ZAJĘCIA DODATKOWE:

Marzec 2026

data	godzina	Rodzaj zajęć	uwagi
13 marzec 2026	17.00-18.30	Koncert Kamili Klimczak z okazji Święta Kobiet organizowany przez Radę Dzielnicy IV w Dworku Białoprądnickim	Obowiązują zapisy
20 marzec 2026	10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: „Wokół Placu Teodora Axsentowicza”	Obowiązują zapisy

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy