

## 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](mailto: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

### O BOWIĄZUJE OD 1 czerwca

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ STAŁYCH czerwiec 2026

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	9.00-10.00	Język angielski grupa początkująca	<b>1,8,15,22,29 czerwiec Pachońskiego 8</b>
	10.00-11.00	Język angielski grupa średniozaawansowana	<b>1,8,15,22,29 czerwiec Pachońskiego 8</b>
	11.30-12.30	Język angielski grupa konwersacyjna	<b>1,8,15,22,29 czerwiec Pachońskiego 8</b>

wtorek	9.30-10.30	Naturalne terapie dla zdrowia i urody	<b>2,9,16,23,30</b> czerwiec <b>ul.. Pachońskiego 8</b>
	15.30-16.30	Zajęcia z obsługi smartfonów	<b>2,9,16,23,30</b> czerwiec <b>ul.. Pachońskiego 8</b>
	17.00-17.45	Gimnastyka gr.I	<b>2,9,16,23,30</b> czerwiec <b>Sala gimnastyczna</b>
	17.45-18.30	Gimnastyka gr.II	<b>2,9,16,23,30</b> czerwiec <b>Sala gimnastyczna</b>
środa	9.00-9.45	Joga Twarzy	<b>3,10,17,24</b> czerwiec
	10.00-11.00	Trening Umysłu	<b>3,10,17,24</b> czerwiec
	11.00 -12.00	"Warsztaty aktywności obywatelskiej przy kawie".	<b>3,10,17,24</b> czerwiec
	12.00-14.00	Zajęcia brydżowe	<b>3,10,17,24</b> czerwiec
czwartek	10.00-12.00	Warsztaty plastyczne	<b>11,18,25</b> czerwiec
	16.30 -17.30	Warsztaty komputerowe	<b>11,18</b> czerwiec sala komputerowa ZSO nr.16
	17.30-18.30	Warsztaty komputerowe	<b>11,18</b> czerwiec sala komputerowa ZSO nr.16
piątek	10.00-12.00	Indywidualne konsultacje komputerowe	<b>5,12,18</b> czerwiec <b>ul. Pachońskiego 8</b>

## ZAJĘCIA DODATKOWE:

**Czerwiec 2026**

data	godzina	Rodzaj zajęć	uwagi
1,8 czerwiec 2026	17.00-18.00	Tańce w kręgu dla Seniorów	Szkoła Podstawowa nr 21 ul. Bohaterów Batalionu Skała AK /sala gimnastyczna
19 czerwca 2026	10.00-12.00	Wykład historyczny w plenerze: Wokół Teatru Ludowego	Zapisy obowiązkowe

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy*