

Centrum Aktywności Seniorów Nie Dzieli Nas Wiek

adres **31-339 Kraków, ul. Weissa 8/21**

kontakt CAS/koordynator – tel. 501 529 993

koordynator ; Joanna

e-mail fundacjanie.dzieli.nas@op.pl

Dyżur koordynatora: środa 16:00-18:00

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

| | |
|--------------|---------------|
| poniedziałek | 15.00 – 17.00 |
| wtorek | 10.00 - 12.00 |
| środa | 16.00 – 18.00 |
| czwartek | 10.00 – 12.00 |
| piątek | 10.00 – 12.00 |

OBOWIĄZUJE od 08.06.2026r.

Harmonogram zajęć stałych czerwiec 2026r.

| dzień | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|--------------|---------------|---|---|
| poniedziałek | 15.00 -16.30 | Trening umysłu. | ul. Weissa 8 /21 |
| | 17.00 – 19.00 | Zdrowy i aktywny senior. Automasaż | ul. Weissa 8 /21 |
| wtorek | 10.00 –11.30 | Język angielski | ul. Weissa 8 /21 |
| | 13.30 -14.30 | Basen – aqua aerobic. | Basen „Fitness Lemon” ul. Ludwinowska 11 |
| środa | 9.00 -10.30 | Smovey - radość z ruchu | Boisko Weissa 8 w razie niepogody sala przy kościele NPNMP ul. Chełmońskiego 41 |
| | 16.00 -18.00 | Kawiarenka senioralna | ul. Weissa 8 /21 |
| czwartek | 10.00 –11.30 | Gimnastyka ogólnorozwojowa dodatkowa gimnastyka 8.06. | ul. Weiss 8/23 |
| | 14.00 - 16.00 | Kurs urządzeń mobilnych – zajęcia indywidualne | ul. Weiss 8/21 |



| | | | |
|--------|---------------|---------------------------------|-----------------|
| piątek | 10.00 -11.30 | Zajęcia plastyczno - techniczne | ul. Weissa 8/21 |
| | 10.00 - 11.30 | Taniec w kręgu. | ul. Weissa 8/23 |

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2026

| data | godzina | rodzaj zajęć | uwagi |
|-------------------------|-------------------------------|--|--|
| W każdy poniedziałek | 17.00 – 18.00 | Warsztaty taneczne – tańce różne | SP nr 21 Kraków ul. Batalionu „Skała” AK 12 |
| 7 ,14, 21.06.2026 | 16.00 | Koncerty rejsowe na Wiśle 7.06 g.16.00 | Statek „Sobieski” Bulwar Czerwieński |
| 13.06.2026 | 10.00-13.00 | Piknik Rodzinny | SP 119 ul.Czerwieńskiego1 |
| 12.06.2026 | 9.00 - zbiórka na pętli | Tańczymy na Rynku Głównym na Inauguracji XXVII Tygodnia Osób Niepełnosprawnych „Kocham Kraków z Wzajemnością”. | Rynek godz.10.00 |
| 19 .06. 2026 r | 11.30-21.00 | XIII MIĘDZYNARODOWE SENIORALIA W KRAKOWIE | Park im. H.Jordana |
| 25.06.2026 | 12.00 | Piknik Świętojański pt. Alicja w krainie Czarów | DPS ul. Kluzeka 6 |
| 26 VI 18:00-21:30 | 18:00-21:30 | Potańcówka na rozpoczęcie lata z Radiem Kraków | Altana na Plantach na Skwerze Zbigniewa Wodeckiego |

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.