



FUNDACJA ARISE

Centrum Aktywności Seniorów CAS Kolorowe

adres - os. Kolorowe 11a, 31-940 Kraków

KOORDYNATOR – DAGMARA

kontakt CAS / Koordynator - tel. 666-971-585

e-mail: caskolorowe@gmail.com

DYŻUR KOORDYNATORA ŚRODA 11:00 – 12:00

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	09.00-13.00
wtorek	10.00-14.00
środa	09.00-13.30
czwartek	10.00-14.00
piątek	09.00-13.00

OBOWIĄZUJE OD 9 CZERWCA 2026 r.

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – CZERWIEC 2026

miesiąc

Dzień	godzina	rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	09.00 – 11.00	Brydż i inne gry stolikowe	Zajęcia odbędą się 1, 8, 15, 22, 29.06.2026
	11.00 – 13.00	Tenis stołowy	Zajęcia odbędą się 1, 8, 15, 22, 29.06.2026

Wtorek	10.00 – 11.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	Zajęcia odbędą się 02, 09, 16, 23, 30. 06.2026
	10.00 – 11.00	Język niemiecki poziom A0	Zajęcia odbędą się 02, 09, 16, 23, 30. 06.2026
	11.00 – 12.00	PILATES/JOGA	Zajęcia odbędą się 02,16, 23, 30. 06.2026 09.06.ZAJĘCIA ODWOŁANE
	12.30 – 14.30	Zajęcia z rękodzieła artystycznego	Zajęcia odbędą się 09.06.2026
Środa	09.00 – 10.00	Język angielski poziom A2	Zajęcia odbędą się 03, 10, 17, 24.06.2026
	10.00 – 11.00	Język angielski poziom B1	
	11.30 – 13.30	Język włoski poziom A1/A2	Zajęcia odbędą się 10, 17.06.2026
	11.00 – 13.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	Zajęcia odbędą się 03, 24.06.2026
Czwartek	10.00 – 12.00	Trening pamięci	Zajęcia odbędą się 18.06.2026
	10.00 – 12.00	Zajęcia świetlicowo-towarzyskie	Zajęcia odbędą się 11, 25.06.2026
	12:00 – 13:00	Język hiszpański – poziom A1	Zajęcia odbędą się 11, 18, 25.06.2026
	13.00 – 14.00	Język hiszpański - poziom A2	Zajęcia odbędą się 11, 18, 25.06.2026
Piątek	9.00 - 10.00	ZUMBA	Zajęcia odbędą się 12, 19, 26.06.2026
	10.00 - 11.00	Ćwiczenia rozciągające	

12.00 – 13.00	Obsługa urządzeń związanych z nowymi technologiami: komputer, telefon komórkowy, tablet, etc	Zajęcia odbędą się 12, 19.06.2026
11.00 - 13.00	Zajęcia światlicowo-towarzyskie	Zajęcia odbędą się 26.06.2026

04.06.2026 BOŻE CIAŁO – CAS ZAMKNIĘTY

05.06.2026 – PIĄTEK PO BOŻYM CIELE – CAS ZAMKNIĘTY

Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2026 r.

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
09.06.2026	15:00 – 17:00	Wnuki & Seniorzy – Duo Idealne – wspólne obchody Dnia Dziecka	Zapraszamy wszystkich seniorów/seniorki wraz z wnukami/ wnuczkami
16.06.2026	08:00 – 16:00	Wycieczka do Tarnowa – min. Starówka, Muzeum Miasta Tarnowa, Muzeum Etnograficzne	Liczba miejsc ograniczona, obowiązują zapisy
23.06.2026	16:00 – 17:30	Muzeum Etnograficzne Plac Wolnica 1, Kraków	Liczba miejsc ograniczona, obowiązują zapisy
30.06.2026	13:00 – 14:00	Poradnictwo prawne	należy wcześniej się zapisać

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.