

## Centrum Aktywności Seniorów Spot Nestor Kurczaba

ul. Kurczaba 29 30- 868 Kraków

koordynatorka Spot Nestor SIEMACHA Alicja: 882 054 725

Kontakt CAS: tel. 783 220 343

Animatorka Jowita

dyżur : czwartek: 8:30-9:30 i 12:00-13:00

e-mail: [a.zachwieja@siemacha.org.pl](mailto:a.zachwieja@siemacha.org.pl)

Zapraszamy również do kontaktu telefonicznego

**CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:**

poniedziałek	8:00-12:00
wtorek	8:00-12:00
środa	8:00-12:00
czwartek	8:00-12:00
piątek	8:00-12:00

**OBOWIĄZUJE od 22.06.2026**

*data dzienna*

**Harmonogram zajęć stałych – czerwca 2026r**

*miesiąc*

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek	8:00-12:00	Spotkajmy się - kawiarenka	Zajęcia w placówce
	10:30-11:30	Aqua aerobik	Zajęcia - pływalnia CCZ Kurczaba
	11:15-12:15	Power fitness	1go czerwca zajęcia odwołane!!!
Wtorek	8:00-12:00	Spotkajmy się - kawiarenka	Zajęcia w placówce

	9:45-10:45	Nauka pływania gr początkująca	Zajęcia - pływalnia CCZ Kurczaba
	10:30-11:30	Nauka pływania gr zaawansowana	
Środa	8:00-12:00	Spotkajmy się - kawiarenka	Zajęcia w placówce
	8:00-9:00	Pływalnia	Możliwość skorzystania z pływalni CCZ ul.Kurczaba 29 finansowane poza projektem CAS
	10:00-12:00	Gry stolikowe	Zajęcia w placówce
	11:00-12:00	Pływalnia	Możliwość skorzystania z pływalni CCZ ul.Kurczaba 29 finansowane poza projektem CAS
Czwartek	8:00-12:00	Spotkajmy się - kawiarenka	Zajęcia w placówce
	9:45-10:45	Aqua pilates	Zajęcia - pływalnia CCZ Kurczaba
	10:30- 11:15	Aqua combat zajęcia z hantlami	
	11:15-12:00	Mobility	
	11:30-12:30	Nowe technologie gr zaawansowana	Zajęcia w placówce
	12:30-13:30	Komunikacja cyfrowa	
	13:30-14:30	Nowe technologie gr początkująca	
Piątek	8:00-10:00	Spotkajmy się - kawiarenka	Zajęcia w placówce
	9:45-10:45	Wodna salsa	Zajęcia - pływalnia CCZ Kurczaba 12go czerwca zajęcia odwołane!!
	10:30-11:30	Wodna bachata	
	10:00-12:00	Trening pamięci i koncentracji	Zajęcia w placówce

***Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.***

## Zajęcia dodatkowe w czerwcu 2026r

*Miesiąc*

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
16go czerwca (wtorek)	16:30	7 urodziny Spot	Wydarzenie międzypokoleniowe na Facimiech 32
20 czerwca (sobota)	11:00	Gala – zakończenie roku siemachowskiego	Wydarzenie międzypokoleniowe – wyjazd do Odporyszowa
24 czerwca (środa)	11:30	„Gotyk w Karpatach” zwiedzanie wystawy w Muzeum Narodowym	Wyjście do Muzeum Narodowego

*Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.*