



Centrum Aktywności Seniora Współpracujmy

adres – Szkoła Podstawowa nr 106, ul Litewska 34, 30-014 Kraków

kontakt CAS/ koordynator Pani Sylwia – tel. 506 497 108

Dyżur koordynatora – piątek 9.00 – 14.00

e-mail sylole@interia.pl

poniedziałek	9.00 – 14.00
wtorek	9.00 – 14.00
środa	9.00 – 14.00
czwartek	9.00 – 14.00
piątek	9.00 – 14.00

O B O W I A Z U J E O D 06.07.2026 r.

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2026 r.

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
Poniedziałek	9.00 – 11.00	Ekowarsztaty	Zapisy u koordynatora
	11.00 – 13.00	Kawiarenka	
Wtorek	16.00 – 18.00	Joga	Termin zajęć 7.07
	9.00 – 11.00	Kawiarenka	Termin zajęć 7.07
	9.00 – 11.00	Senior w ruchu	Termin zajęć 14.07
	12.00 – 14.00	Kawiarenka	Termin 14.07
	9.00 – 14.00	Kawiarenka	

Środa	8.30 – 12.30	Artystyczny miszmasz	Termin zajęć 1.07
	16.00 – 18.00	Joga	Termin zajęć 8.07
	9.00 – 11.00	Kawiarenka	Termin zajęć 8.07
	9.00 – 11.00	Senior w ruchu	Termin zajęć 15.07
	12.00 – 14.00	Kawiarenka	Termin zajęć 15.07
	9.00 – 14.00	Kawiarenka	Termin 22.07 i 29.07
Czwartek	10.30 – 12.30	Zajęcia sportowe	Termin zajęć 23.07 i 30.07
	12.30 – 14.30	Wolontariat	Termin zajęć 23.07 i 30.07
	9.00 – 14.00	Kawiarenka	
Piątek	9.00 – 14.00	Dyżur koordynatora	

ZAJĘCIA DODATKOWE lipiec 2026 rok

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
15.07.26 r	całodzienna	Wycieczka do Łańcuta	Zapisy u koordynatora

Zapisy u koordynatora.