

Centrum Aktywności Seniorów – CAS Człowiekowi Człowiek

adres – ul. Jadwigi Majówny 62, 30-298 Kraków

kontakt – tel. 12 356-99-15 oraz 73-000-20-19

e-mail - cas@czlowiekowi.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	10:00-15:00
wtorek	10:00-15:00
środa	10:00-15:00
czwartek	10:00-18:00
piątek	10:00-15:00

OBOWIAZUJE OD 01.07.2021r.

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2021

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek (5, 12, 19, 26)	12:00-13:45	Gry stolikowe i ruchowe	Siedziba Fundacji
Wtorek (6, 13, 20, 27)	8:00-10:00	Nordic – walking	W terenie - Podkamyk
	10:00 – 12:00	Zajęcia fizyczne ze zdrowego trybu życia	Siedziba Fundacji
	12:00 – 14:00	Zajęcia artystyczne integrujące	Siedziba Fundacji
Środa (7, 14, 21, 28)	10:00 – 15:00	KAFEJKA	Siedziba Fundacji

Czwartek (1, 8, 15, 22, 29)	10:00-11:00	Warsztaty plastyczne	Siedziba Fundacji (1, 8, 15, 22, 29)
	11:00 – 11:45	Warsztaty plastyczne	Siedziba Fundacji (1, 8, 15, 22, 29)
	12:00-13:00 (1 i 8) 12:00 – 14:00 (15, 22, 29)	Kurs fotograficzno-filmowy	Siedziba Fundacji
	13:00-14:00 (1 i 8) 13:00 – 15:00 (15, 22, 29)	Prelekcje zdrowego gotowania i odżywiania się	Siedziba Fundacji
	17:10-18:10	Język angielski	Siedziba Fundacji
Piątek (2, 9, 16, 23, 30)	18:00-19:00	Nordic – walking	W terenie - Parking kopiec Piłsudskiego
Niedziela (4, 11, 18, 25)	16:00-18:00	Zajęcia taneczne	Siedziba Fundacji

Zajęcia dodatkowe w lipcu 2021:
miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.