



Centrum Aktywności Seniora - Cyfrowe Centrum
Dębniki
ul. Bałuckiego 21/1, Kraków



Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum Dębniki

Ul. Bałuckiego 21/1

Kontakt: tel. **880 650 320**

e-mail: debniiki@fabrykainicjatyw.pl

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	16:00 do 20:00
wtorek	16:00 do 20:00
środa	16:00 do 20:00
czwartek	16:00 do 20:00
piątek	16:00 do 20:00

OBOWIĄZUJE OD 2.08.2022 r.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ– SIERPIEŃ 2022 r.

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
Poniedziałek	16:30-18:00	Siłownia pamięci	Zapisy na zajęcia tel. 880 650 320 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Wtorek	14:00 - 15:30	Język angielski	Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1 podstawowy - mała salka średniozaawansowany - duża salka
	12:30-13:30	Aqua Aerobic	Obowiązują zapisy na zajęcia tel. 880 650 320 Miejsce: Lemon Fitness Ul. Ludwinowska 11, poziom -1 9.08 oraz 23.08 obowiązkowe zapisy

	18:00-20:00	Cyfrowa kawiarenka (porady komputerowe smartfony)	Miejsce: CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Środa	11:00-12:00	Joga początkująca łagodna	Zapisy na zajęcia tel. 880 650 320 Szkoła Jogi na Dębnikach Kraków ul.Bałuckiego 9
	16:30-17:30	Zajęcia z obsługi smartfona (z Androidem) początkujący	Zapisy na zajęcia tel. 880 650 320 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:30-18:30	Zajęcia z obsługi smartfona (z Androidem) średniozaawansowany	Zapisy na zajęcia tel. 880 650 320 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
Czwartek	17:30 - 18:30	Nordic Walking	Zapisy na zajęcia tel. 880 650 320 Miejsce: lokal CAS Cyfrowe Centrum Dębni, ul. Bałuckiego 21/1 spotkanie o godz. 17:20 w CAS
Piątek	16:00 -18:30	Filmowe piątki	Zapisy tel. 880 650 320 Miejsce: lokal CAS, ul. Bałuckiego 21/1
	17:00 - 19:00	Taniec towarzyski	Zapisy tel. 880 650 320 Dębni, ul. Strąkowa 3A

W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji

Zajęcia dodatkowe w SIERPNIU 2022 r.:

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
2	10:00-13:00	Plenerowe spotkanie dla seniorów w Parku Lotników	Informacja tel. 880 650 320
4	17:00	Herbatka w stylu japońskim	Informacja tel. 880 650 320
11,25	18:00-20:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja tel. 880 650 320

2, 9, 16, 23,30 (wtorki) 4,11,18,25 (czwartki)	16:30-18:00 17:00-18:30	Zajęcia ogólnorozwojowe	Zapisy: 880 650 320 Ilość miejsc ograniczona
29	17:00	Spotkanie z poezją Mateusza S.Kusiona	Informacja tel. 880 650 320
31	18:00	Krowodrza subiektywnie Spotkanie z autorem książki Januszem Miką	Informacja tel. 880 650 320