



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



## Centrum Aktywności Seniorów –Cyfrowe Centrum Dębniiki

Ul. Bałuckiego 21/1

Kontakt: tel. **880 650 320**

e-mail: [debniiki@fabrykainicjatyw.pl](mailto: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	15:30 do 19:30

O BOWIĄZUJE OD 1.09.2022 r.

### HARMONOGRAM ZAJĘĆ– WRZESIEŃ 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 <b>6.09 i 20.09 obowiązkowe zapisy</b>

	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 Dębniaki, ul. Bałuckiego 21/1 <b>spotkanie o godz. 17:20 w CAS</b>
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 Dębniki, ul. Strąkowa 3A
--	---------------	-------------------	---

*W godzinach otwarcia CAS – wolna strefa animacji*

**Zajęcia dodatkowe we wrześniu 2022 r.:**

DZIEŃ	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	DOSTĘP/INFORMACJA
3	12:00-16:00	RODZINNY PIKNIK EKOLOGICZNY - EKO VISTULA	Informacja tel. 880 650 320
3	09:00-15:00	Wyprawa kajakowa rzeką Wisłą	zapisy: 880 650 320
8,22	18:00-20:00	Spotkanie wolontariuszy	Informacja tel. 880 650 320