

31 -109 Kraków, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

Centrum Aktywności Seniorów CAS GALICYJSKI

adres: Kraków ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

telefon: 516 011 002

e-mail: cas.galicyjski@gce.krakow.pl

CAS czynny od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00-13:00
wtorek	16:00-20:00
środa	16:00-20:00
czwartek	9:00-13:00
piątek	9:00-13:00

W ramach działalności „kawiarenki” CAS GALICYJSKI zapraszamy do korzystania z biblioteczki.

OBOWIĄZUJE OD 12 czerwca 2023r.

Harmonogram zajęć stałych – czerwiec 2023:

Dzień	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
poniedziałek	12:00 – 13:00	Tańce rąk	
	13:00 – 14:00	Pilates/zdrowy kręgosłup – grupa 1	
wtorek	16:15 – 17:15	„Senior w sieci” czyli poznajemy nowe technologie	
	17:15 – 18:15	Trening umysłu	
	16:30 – 20:30	Dyżur koordynatora CAS GALICYJSKI	
środa	16:30 – 18:30	„Zdrowy senior” – cykl spotkań ze specjalistami z zakresu zdrowia i urody	07.06.2023 – Łucja Kucmin-Węglarczyk: „Kraków na zielono – jak można dbać o przyrodę w wielkim mieście by zdrowiej żyć?” cz. 1 28.06.2023 – Łucja Kucmin-Węglarczyk: „Kraków na zielono – jak można dbać o przyrodę w wielkim mieście by zdrowiej żyć?” cz. 2 (zajęcia w plenerze)
	16:30 – 18:30	Warsztaty artystyczne	14.06.2023 – warsztaty fotograficzne 21.06.2023 – warsztaty rękodzielnicze
	16:30 – 20:30	Dyżur koordynatora CAS GALICYJSKI	

czwartek	11:30 – 12:30	Gimnastyka na krzesłach	
	12:30 – 13:30	Pilates/zdrowy kręgosłup – grupa 2	
piątek	08:30 – 09:30	Język francuski – poziom średniozaawansowany	9.06.2023 – zajęcia odwołane
	9:30 – 10:30	Język angielski – poziom średniozaawansowany	9.06.2023 – zajęcia odwołane
	12:30 – 13:15	Basen	KS Korona 1919 ul. Kalwaryjska 9 9.06.2023 – zajęcia odwołane 30.06.2023 – zajęcia odwołane

Zajęcia dodatkowe – czerwiec 2023:

Data	Godzina	Rodzaj zajęć	Uwagi
03.06.2023	8:00-19:00	Wycieczka autokarowa do Łańcuta	Zgłoszenia do 01.06.2023 lub do wyczerpania miejsc. Zbiórka przy pętli autobusowej obok ICE (od strony Osiedla Podwawelskiego)
14.06.2023	18:30-19:30	Spotkanie integracyjne uczestników CAS GALICYJSKI	CAS GALICYJSKI Ul. Piłsudskiego 6/9

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.