



Centrum Aktywności Seniorów w Hali 100-lecia KS Cracovia

adres - Al. Marszałka Ferdynanda Focha 40

tel. 793-777-713, 533-327-941

e-mail: cas@kuzniatalentow.org

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	11:00 – 15:00
wtorek	11:00 – 15:00
środa	11:00 – 15:00
czwartek	11:00 – 15:00
piątek	11:00 – 15:00

OBOWIĄZUJE OD 01.07.2024

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – lipiec 2024

miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
Poniedziałek 1,8,15,22,29	11:00-15:00	Kawiarenka (Rekrutacja uczestników do CAS od 12:00 do 15:00)	Biuro 2/10
	11:00 – 12:00	Wakacyjny angielski (pierwsze zajęcia 8.07.2024)	Sala konferencyjna
Wtorek 2,9,16,23,30	11:00 – 15:00	Kawiarenka (Rekrutacja uczestników do CAS 14:00-15:00)	Biuro 2/10

	13:00 -14:00	Ping – pong	Zbiórka przy portierni
Środa 3,10,17,24,31	9:00-10:00	Stretching i relaksacja (pierwsze zajęcia 10.07.2024)	Sala taneczna
	10:00 – 11:00	Zajęcia taneczne (pierwsze zajęcia 10.07.2024)	Sala taneczna
	11:00-15:00	Kawiarenka (Rekrutacja uczestników do CAS 11:00-14:00)	Biuro 2/10
	14:00 – 15:00	Warsztaty plastyczne	Biuro 2/10
Czwartek 4,11,18,25	10:00 – 11:00	Dietetyka (pierwsze zajęcia od 11.07.2024)	Sala konferencyjna
	11:00 – 12:00	Angielski podstawowy (pierwsze zajęcia od 11.07.2024)	Sala konferencyjna
	11:00 – 15:00	Kawiarenka (Rekrutacja uczestników do CAS 11:00-14:00)	Biuro 2/10
	11:15 – 12:15	Z muzyką przyjemniej – teoria i praktyka utrzymywania sprawności fizycznej i psychicznej	Sala taneczna
Piątek 5,12,19,26	11:00 – 15:00	Kawiarenka (Rekrutacja uczestników do CAS 11:00-14:00)	Biuro 2/10
	10:00 – 11:00	Molky/Boule	Sala konferencyjna/ boisko
	11:00 – 12:00	Gry stolikowe (gry planszowe, karciane itp.)	Sala konferencyjna

12:00-13:00	Obsługa urzędzeń związanych z nowymi technologiami - zajęcia grupowe (zajęcia 5 i 12.07. – odwołane)	Sala konferencyjna Niezbędny własny smartfon
13:00-14:00	Obsługa urzędzeń związanych z nowymi technologiami – konsultacje indywidualne (zajęcia 5 i 12.07. – odwołane)	Sala konferencyjna Niezbędny własny smartfon

Zajęcia dodatkowe w lipiec 2024:
miesiąc

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi

Na wszystkie zajęcia obowiązują zapisy.