

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

Centrum Aktywności Seniorów CAS GALICYJSKI

adres - Kraków, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 6/9

Koordynator CAS Galicyjskiego: Barbara

dyżur Koordynatora: wtorki w godz. 10:00 – 12:00

kontakt – tel. 516 011 002

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

CAS czynne od poniedziałku do piątku w godzinach:

poniedziałek	9:00-17:00
wtorek	9:00-18:00
środa	9:00-13:00
czwartek	9:00-13:00
piątek	9:00-13:00

OBOWIAZUJE OD 21 SIERPNIA 2025

data dzienna

Harmonogram zajęć stałych – SIERPIEŃ 2025

Miesiąc

dzień	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
poniedziałek	11:45 – 12:45	Język francuski – poziom średniozaawansowany	Zajęcia <u>nie</u> odbędą się w dniach: 11.08.2025 oraz 18.08.2025
	12:50 – 13:50	Język angielski – poziom średniozaawansowany	Zajęcia <u>nie</u> odbędą się w dniach: 11.08.2025 oraz 18.08.2025
	12:00 – 13:00	Gimnastyka na krzesłach	
	13:00 – 14:00	Pilates/zdrowy kręgosłup	
	14:00 – 15:00	Warsztaty: „Zdrowe relacje i otoczenie”	Zajęcia odbędą się w dniach: 04.08.2025 i 25.08.2025
	15:00 – 17:00	Warsztaty florystyczne	Zajęcia <u>nie</u> odbędą się w dniu: 11.08.2025

wtorek	10:00 – 12:00	Dyżur koordynatora CAS GALICYJSKI p. Barbara – tel. 516 011 002	
	10:00 – 11:00	Język niemiecki	Zajęcia <u>nie</u> odbędą się w dniu: 05.08.2025
	16:15 – 17:15	„Senior w sieci” czyli poznajemy nowe technologie	Zajęcia odbędą się tylko w dniu: 05.08.2025
	17:15 – 18:15	Trening umysłu	Zajęcia odbędą się tylko w dniu: 05.08.2025
środa	9:00 – 10:00	Autoterapia twarzy	Uwaga! Nastąpiła zmiana w kolejności zajęć
	10:00 – 11:00	SMOVEY -obręcze terapeutyczne	
czwartek			
piątek			

Zajęcia dodatkowe w SIERPNIU 2025:

data	godzina	rodzaj zajęć	uwagi
01.08.2025	11:00	Spotkanie z Radnym Miasta Krakowa <u>Łukaszem Gibałą</u>	CAS Galicyjski
05.08.2025	16:00 – 18:00	Wystawa „Sztuka Cerkiewna Dawnej Rzeczypospolitej” - oprowadzanie kuratorskie	Pałac Biskupa Erazma Ciołka ul. Kanonicza 17
12.08.2025	10:00 – 11:00	Zajęcia edukacyjne dotyczące występowania dzikich zwierząt w mieście	CAS Galicyjski
21.08.2025	10:30 – 13:30	Warsztaty z degustacją Miodowe szaleństwo – słodko, zdrowo, naturalnie	Z powodu choroby trenera Warsztaty <u>nie odbędą się</u>
27.08.2025	15:45 – 17:45	Galeria Sztuki Polskiej XIX wieku w Sukiennicach - oprowadzanie kuratorskie	MNK Sukiennice Rynek Główny 3

NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA DODATKOWE OBOWIAZUJĄ ZAPISY