



**Magiczny
Kraków**

Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowie 25 od 4 do 10 sierpnia 2025 r.

2025-08-04

Harmonogram wydarzeń Miejsca Aktywności Mieszkańców Na Kozłowie 25 od 4 do 10 sierpnia 2025 r. MAM czynny: od poniedziałku do piątku w godz. 16:00 - 20:00.

PONIEDZIAŁEK 4 sierpnia do MAM-u zaprasza Iwona

18:00 – 20:00 Sąsiedzki ping pong – weź kogoś do pary i chodź poodbijać piłeczkę (mamy stół, rakiety i piłeczki)

18:45 – 20:15 Samoobrona dla dorosłych

WTOREK 5 sierpnia do MAM-u zaprasza Iwona

17:30 – 19:00 Nordic Walking

18:30 – 20:00 Klub szachowy

19:00 – 20:00 Pilates

20:00 – 22:00 Tęczowa samoobrona

ŚRODA 6 sierpnia do MAM-u zaprasza Iwona

18:00 – 20:00 Sąsiedzki ping pong – weź kogoś do pary i chodź poodbijać piłeczkę (mamy stół, rakiety i piłeczki)

18:00 – 20:00 English Corner

18:45 – 20:15 Samoobrona dla dorosłych

CZWARTEK 7 sierpnia do MAM-u zaprasza Iwona

16:00 – 19:00 Grupa empatii w oparciu o NVC (Porozumienie bez przemocy, co 2 tyg.) 2-godzinne warsztaty + 1 h integracji dla chętnych

18:00 – 20:00 Sąsiedzki ping pong – weź kogoś do pary i chodź poodbijać piłeczkę (mamy stół, rakiety i piłeczki)

18:00 – 20:00 Joga

19:00 – 20:00 Niemiecki – konwersacje zaawansowane

20:00 – 22:00 Tęczowa samoobrona

PIĄTEK 8 sierpnia do MAM-u zaprasza Iwona



**Magiczny
Kraków**

17:30 – 18:30 Łagodne rozciąganie

18:00 – 20:00 Sąsiedzki ping pong – weź kogoś do pary i chodź poodbijać piłeczkę (mamy stół, rakiety i piłeczki)

18:45 – 20:15 Samoobrona dla dorosłych

SOBOTA 9 sierpnia

12:00 – 18:00 Planszówki

20:00 – 22:00 Tęczowa samoobrona

NIEDZIELA 10 sierpnia

17:00 – 19:00 Spotkanie osiedlowej grupy teatralnej GRANDA

18:00 – 20:00 Sąsiedzki ping pong – weź kogoś do pary i chodź poodbijać piłeczkę (mamy stół, rakiety i piłeczki)

<https://mam.bis-krakow.pl/miejsce-aktywnosci-mieszkanow-w-krakowie/>
[FB/MAMKrakowNaKozlowce](#)

WSZYSTKIE ZAJĘCIA W MAM-ie SĄ BEZPŁATNE - PROWADZONE WOLONTARYJNIE PRZEZ SĄSIADÓW/-KI DLA SĄSIADÓW/-EK

Mail: mamkozlowek@bis-krakow.pl, Tel.: (pon. – pt. 16:00 – 20:00) 791 140 260

Masz jakieś pytania? Napisz lub zadzwoń! **(Ale po tym jak wszystko dokładnie przeczytasz)**

Jesteś osobą o specjalnych potrzebach?

Daj znać, jak możemy Ci ułatwić uczestniczenie

w zajęciach i spotkaniach: mamkozlowek@bis-krakow.pl

Miejsce Aktywności Mieszkańców Na Kozłowie 25

Zadanie publiczne finansowane ze środków Miasta Krakowa

Operatorem MAM jest Fundacja Biuro Inicjatyw Społecznych