

Srdečně zveme seniory na

LETNÍ CVIČENÍ

Lektoři: Lenka Mykytynová, Dana Kurková

Cvičení je pro všechny, kteří potřebují být v pohybu také v období léta, získat si či udržet více energie, naučit se dobře dýchat, zmírnit bolesti kloubů, páteře i svalů a zlepšit celkovou psychickou pohodu.

**Zápisy od 7. května na adrese: Seifertova 51 (ÚMČ
Prahy 3), nebo na telefonu: 222 712 940**

Lekce si lze kupovat jednotlivě minimálně týden před požadovaným dnem cvičení.

Kdy: 4.6. – 8.10. 2024

V úterý 9:30 – 10:30 a 10:50 – 11:50

1 lekce/ 85,- Kč

Kde: v tělocvičně - Táboritská 26, Praha 3 – zadní trakt panelového domu

Bližší informace v **Klubu Remedium**, telefon: 222 712 940, email:
senior@remedium.cz, web: www.vstupujte.cz