

# Klub REMEDIUM

Centrum vzdělávacích a pohybových aktivit pro seniory

## LETNÍ KURZY 2025

### **Angličtina na cesty** – Dana Brabencová

pondělí 9., 16., 23. června 2025, 14:00–15:00, 95,-/1 lekci

*Konverzace pro mírně pokročilé (A2), příprava na letní dovolené v zahraničí zaměřená na praktickou cestovatelskou komunikaci, nejpoužívanější fráze na letišti, v obchodech, v hotelu nebo restauraci.*

### **Trénování paměti** – Renáta Müllerová, Šárka Moulet

středa 11. 6., 25. 6., 16. 7., 13. 8., 3. 9. 2025, 10:30–11:30, 95,-/1L

*Procvičování koncentrace pozornosti, krátkodobé a dlouhodobé paměti, slovní zásoby, logického uvažování a dalších kognitivních funkcí. Prevence potíží s pamětí zábavnou formou, tipy a triky pro lepší zapamatování. Vyzkoušejte letní ochutnávku kurzu trénování paměti.*

### **Letní cvičení** – Irena Nováková, Šárka Moulet, Renáta Müllerová,

Dana Kurková, Markéta Hříbalová, Jaroslava Kopecká

čtvrtek 5. června – 2. října 2025, 9:30–10:30, 95,-/1 lekci

*Přehledka různých druhů cvičení vhodných pro seniory, se zaměřením na rehabilitaci, protažení a jemné posilování, tempo přizpůsobíme letním teplotám. Možnost vyzkoušet si cvičení s lektorkami, které ještě neznáte.*

## **Potvrzení rezervace jednotlivých lekcí platbou nejpozději týden předem.**

Platba je možná v hotovosti i převodem (VS žádejte v Klubu).

Informace a zápis v Klubu REMEDIUM, Táborská 22 (zadní trakt), Praha 3 tel.  
222 712 940, [senior@remedium.cz](mailto:senior@remedium.cz), [www.vstupujte.cz](http://www.vstupujte.cz).