

KVĚTEN 2025

Aktivní Olomouc:

nabídka akcí pro všechny generace

KOMUNITNÍ CENTRUM

„Klub volnočasových aktivit Pešek“ Peškova 1, Olomouc

Vstup na všechny akce zdarma

Nutná rezervace na: aktivni.olomouc.eu

| Datum | Akce | Zajišťuje |
|--------------------------------------|--|----------------------------------|
| Pondělí 5. 5. 14:00-15:30 | Bezpečnost seniorů Beseda s Městskou policií Olomouc | Městská policie Olomouc |
| Pondělí 5. 5. 16:00-17:00 | Line Dance (nejen) pro seniory Lekce tanečního stylu, který nepotřebuje partnera. Jednoduché taneční kroky a variace | Centrum pohybu Olomouc |
| Úterý 6. 5. 10:00-11:30 | Trénink paměti pro seniory Jak funguje paměť a proč si nezapamatujeme, co potřebujeme... | Věra Příkrylová |
| Středa 7. 5. 17:00-19:00 | Dekorace z korálků a drátů Ženy sobě ke Dni matek, dílna pro radost, pro ženy každého věku | Rodinné centrum Provázek |
| Pondělí 12. 5. 8:30-9:30 | Cvičení pro seniory Lekce lehkého cvičení s židli, gumou apod. | Česká asociace sport pro všechny |
| Pátek 16. 5. 10:00-11:00 | Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Písničky, říkanky, motorická cvičení podporující vývoj dítěte | Tereza Hýsková |
| Pátek 16. 5. 11:00-12:00 | Jóga pro seniory Lekce jógy pro začátečníky | Tereza Hýsková |
| Čtvrtek 22. 5. 15:30-17:30 | Relaxační koncert Relaxační koncert s hudebními nástroji pěti kontinentů | Lucie Tomková |
| Pátek 23. 5. 10:00-11:00 | Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Písničky, říkanky, motorická cvičení podporující vývoj dítěte | Tereza Hýsková |
| Pátek 23. 5. 11:00-12:00 | Jóga pro seniory Lekce jógy pro začátečníky | Tereza Hýsková |
| Pondělí 26. 5. 8:30-9:30 | Cvičení pro seniory Lekce lehkého cvičení s židli, gumou apod. | Česká asociace sport pro všechny |
| Středa 28. 5. 9:30-10:30 | Mýdlové dílny Ke dni dětí, určeno pro děti 2-6 let s doprovodem | Rodinné centrum Provázek |
| Středa 28. 5. 10:30-11:30 | Mýdlové dílny Ke dni dětí, určeno pro děti 2-6 let s doprovodem | Rodinné centrum Provázek |
| Pátek 30. 5. 15:00-17:00 | Tanzanie – Masajské vesnice Ilkiding'a Cestopisná přednáška | Ing. Eva Gabrielová, Ph.D. |



Bližší informace ke všem akcím najdete na prorodinu.olomouc.eu, proseniory.olomouc.eu.