

BŘEZEN 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
Čtvrtek 13. 3. 14:00	Účinky bylinných tinktur Které byliny jsou vhodné na tinkturu? Přednáška	Mgr. Jarmila Podhorná
Pondělí 17. 3. 8:30-9:30	Cvičení pro seniory Lekce lehkého cvičení s židlí, gumou apod.	Česká asociace sport pro všechny
Pondělí 17. 3. 16:00-17:00	Line Dance (nejen) pro seniory Lekce tanečního stylu, který nepotřebuje partnera. Jednoduché taneční kroky a variace	Centrum pohybu Olomouc
Pátek 21. 3. 10:00-11:00	Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Písničky, říkanky, motorická cvičení podporující vývoj dítěte	Tereza Hýsková
Pátek 21. 3. 11:00-12:00	Jóga pro seniory Lekce jógy pro začátečníky	Tereza Hýsková
Čtvrtek 27. 3. 14:00	Indie, země protikladů Cestopisná přednáška	Manželé Poulíkovi
Pátek 28. 3. 10:00-11:00	Cvičení rodičů s dětmi (1-3 roky) Písničky, říkanky, motorická cvičení podporující vývoj dítěte	Tereza Hýsková
Pátek 28. 3. 11:00-12:00	Jóga pro seniory Lekce jógy pro začátečníky	Tereza Hýsková
Pátek 28. 3. 15:00-18:00	Jarní tvořivá dílna pro všechny generace Tvoření s jarní tematikou	RC Heřmánek
Pondělí 31. 3. 8:30-9:30	Cvičení pro seniory Lekce lehkého cvičení s židlí, gumou apod.	Česká asociace sport pro všechny
Pondělí 31. 3. 16:00-17:00	Line Dance (nejen) pro seniory Lekce tanečního stylu, který nepotřebuje partnera. Jednoduché taneční kroky a variace	Centrum pohybu Olomouc



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