

Cvičení pro seniory

s Českou asociací
Sport pro všechny, z.s.



KOMUNITNÍ CENTRUM
„Klub volnočasových aktivit Pešek“

Peškova 1, Olomouc

Kapacita: 25 osob/akce

Registrace na: aktivni.olomouc.eu

Vstup: zdarma

Cvičení je zaměřeno na celkové rozpohybování seniorů vzhledem k jejich fyzické kondici a zdravotnímu stavu formou zdravotního cvičení s využitím náčiní a nářadí jako židle, overbally, gumy, šátky a další.

- pondělí 17. března 8:30 – 9:30 hod.
- pondělí 31. března 8:30 – 9:30 hod.



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