

# Klub REMEDIUM nabízí NOVINKY v kurzech Podzimního semestru 2026

## Zdravotní kompenzační cvičení

Pondělí, 15:00 –16:00, od 5. října, 16 lekcí = 1520,-

Kurz je zaměřen na nápravu nesprávných stereotypních pohybů a pozic, na uvolnění zkrácených a posílení oslabených svalů.

## Latinsko americké tance

Pondělí, 16:30 –17:30, od 5. října, 16 lekcí = 1520,-

Probudte v sobě energii a radost! Tanec zlepšuje držení těla, flexibilitu, kardiovaskulární systém a pomáhá s rovnováhou. Tančí se v individuální rovině bez tanečního partnera. Vhodné pro úplné začátečníky i pokročilejší.

## Zumba latino

Úterý, 17:45 –18:45, od 6. října, 16 lekcí = 1520,-

Cvičení s prvky latinsko amerických tanců zlepšuje držení těla, flexibilitu, kardiovaskulární systém a pomáhá s rovnováhou. Rozhýbejte celé tělo a udělejte si radost. Nejde o dokonalost, ale o radost z pohybu a skvělé hudby. Vhodné pro úplné začátečníky i pokročilejší.

## Angličtina pro začátečníky

Pondělí, 9:00 –10:00, od 5. října, 16 lekcí = 1520,-

Kurz probíhá v příjemné a bezpečné atmosféře. Výuka základům jazyka a jeho rozvíjení, zároveň jde o výrazné procvičení paměti.

## Angličtina bez stresu (A1 – A2)

Pondělí, 10:15 –11:15, od 5. října, 16 lekcí = 1520,-

Pohodová konverzace v přátelském prostředí malé skupiny kurzistů. Klidné tempo bez hodnocení. Prevence pro aktivní mozek a skvělá mentální gymnastika.

Informujte se o podrobnostech na tel. **222 712 940**,  
Klub Remedium – Táboritká 22, Praha 3, (vstup v zadním traktu)  
[senior@remedium.cz](mailto:senior@remedium.cz), [www.vstupujte.cz](http://www.vstupujte.cz)