

LETNÍ CVIČENÍ PRO SENIORY

čtvrtek 4. 6. – 1. 10. 2026

Cena 1 lekce 95,- Kč, rezervace jednotlivých lekcí platbou nejpozději týden před termínem.

Možnost platby hotově i převodem, žádejte o VS v Klubu.
Klub REMEDIUM, Táboritská 22 (zadní trakt), Praha 3
tel. 222 712 940, senior@remedium.cz, www.vstupujte.cz

Předběžný rozpis termínů s cvičícími lektory:

	ČTVRTEK 9.30 - 10.30	DRUH CVIČENÍ
4.6.	Gabriela Dufková	Zdravotní cvičení
11.6.	Marta Roubalová	Hudbou a pohybem
18.6.	Marta Roubalová	Cvičení s prvky pilates a taichi
25.6.	Jaroslava Kopecká	Rekondiční cvičení
2.7.	Jaroslava Kopecká	Rekondiční cvičení
9.7.	Marta Roubalová	Cvičení s prvky pilates a taichi
16.7.	Gabriela Dufková	Zdravotní cvičení
23.7.	Renáta Müllerová	Zdravotní kompenzační cvičení
30.7.	Renáta Müllerová	Zdravotní kompenzační cvičení
6.8.	Renáta Müllerová	Zdravotní kompenzační cvičení
13.8.	Renáta Müllerová	Zdravotní kompenzační cvičení
20.8.	Gabriela Dufková	Zdravotní cvičení
27.8.	Jaroslava Kopecká	Rekondiční cvičení
3.9.	Irena Nováková	Relaxační jóga
10.9.	Irena Nováková	Jóga ke spokojenému životu
17.9.	Irena Nováková	Zdravotní jóga
24.9.	Irena Nováková	Rehabilitační cvičení s prvky jógy
1.10.	Dana Kurková	Rekondiční cvičení