

"Tento projekt je realizován za finanční podpory MČ Prahy 5"

Senior fitness, z. s. zve všechny seniory na dopoledne plné pohybu ve sportovním areálu SK Motorlet Praha, Radlická 105, Praha 5 (pár metrů od zastávky metra „B“ - Radlická).

Volný vstup do tělocvičny a bazénu.

Přijďte si zasportovat do Radlic!

sobota 24. 11. 2018

9 - 13 hodin



PROGRAM:

- ukázky a turnaje walking fotbalu (fotbal v chůzi) ve sportovní hale
- curling bez ledu - novinka podporující týmového a sportovního ducha
- ukázky a benefity cvičení v bazénu, možnost plavání, relaxace ve vířivce či sauně
- vyšetření nohou podoskopem, individuální konzultace - suchá pedikúra, cvičení a masáže chodidel
- trénink paměti
- svět vůní
- prospěšnost a ochutnávka zelených potravin
- drobné občerstvení zdarma
- tombola - v závěru akce losování o ceny

