

FIT SENIOR LHOTA U PŘÍBRAMĚ

program květen 2024



7.5.	Cvičení na páteř a bedra (tělocvična)
14.5.	Opékání buřtů
21.5.	Vycházka po okolí (bez lektora)
28.5.	Balanční cvičení na pánevní dno (tělocvična)

Sociálně aktivizační služba je pro seniory zdarma

Kdy: každé úterý, 14.00-15.30 hod

Kde: Klubovna na obecním úřadu

Lektor: Klára Prokšová

Kontakt: 777 176 713, proksova@fitseniorprijbram.cz

Realizováno spolkem FIT SENIOR Příbram, z.s. za podpory obce Lhota u Příbramě a Středočeského kraje.