

# FIT SENIOR DUBNO

program září 2024



4.9. Cvičení zaměřeno na plosku nohy

11.9. Společenské hry a cvičení s overbaly

18.9. Kytara a cvičení na propojení mozkových hemisfér

25.9. Setkání zaměřeno na krční páteř + masáž ježky

**Sociálně aktivizační služba pro seniory - zdarma**

**Kdy:** Každou středu od 14 hodin

**Kde:** Obecní dům Dubno

**Kontakt:** 777 176 713, [info@fitseniorprijbram.cz](mailto:info@fitseniorprijbram.cz)

Realizováno spolkem FIT SENIOR Příbram, z.s. za podpory obce Dubno a Středočeského kraje