



Cestou zdraví z.s.

Pontias

za podpory:



NADAČNÍ FOND AVAST

Krajská rada seniorů Praha

Nordic walking na podporu Národního týdne trénování paměti

KDY: Pátek 17.3.2017

ČAS: 14:00 – 15:30 hod

KDE: sraz v 13:45 u restaurace U Labutě

(vedle Thomayerovy nemocnice v Krči v ulici Thomayerova 751/3)



Akce je pro účastníky **ZDARMA**
Součástí pochodu bude výuka správné techniky
chůze pod vedením zkušených lektorek.

Účastníci, kteří mají vlastní hůlky, se mohou akce zúčastnit bez předchozí registrace.

K dispozici je omezené množství hůlek k bezplatnému zapůjčení.

Zapůjčení hůlek je nutné si předem rezervovat na info@senior-help.cz
nebo na tel.: 603 852 715.

S SEBOU DOPORUČUJEME:

obuv a oděv odpovídající počasí, vhodné zavazadlo (nejlépe na záda)
a hlavně dobrou náladu.

Těšíme se na Vás!

Seniorský pochod pořádají Právě teď! o.p.s., Cestou zdraví z.s. a Pontias s.r.o.