

Program Setkávání seniorů SPOLU na měsíc únor 2026

Pondělí

- 2. 2.** 8:45 – 9:45 hod. **Cvičení s prvky Tai Chi** – Věra Kočarová
10:15 hod. Jak podpořit imunitu v zimě – Olga Župková
- 9. 2.** 8:45 – 9:45 hod. **Cvičení s prvky Tai Chi** - Věra Kočarová
10:15 hod. Cvičení paměti hrou
- 16. 2.** 8:45 – 9:45 hod. **Cvičení s prvky Tai Chi** - Věra Kočarová
10:15 hod. Stříbro, Kladruby a Beroun – Mgr. Eva Tkadlecová
- 23. 2.** 8:45 – 9:45 hod. **Cvičení s prvky Tai Chi** - Věra Kočarová
10:15 hod. Kybernetická bezpečnost – Český telekomunikační úřad

Středa 4. 2.

Výlet do Muzea v Kroměříži. Výstavy Modrobílé Vánoce a Historie ukrytá pod dlažbou. Vstupné 90,- Kč. Odjezd vlakem RegioJet do Kojetína v 8:40 hod.
Je potřeba se dopředu nahlásit na tel.: 777 729 521/522.

Čtvrtek

- 5. 2.** 8:15 – 9:15 hod. smovey kruhy
9:45 – 10:45 hod. jóga pro seniory
10:45 – 11:45 hod. „Aby nohy nebolely“
- 12. 2.** 8:15 – 9:15 hod. smovey kruhy
9:45 – 10:45 hod. jóga pro seniory
10:45 – 11:45 hod. „Aby nohy nebolely“
- 19. 2.** 8:15 – 9:15 hod. smovey kruhy
9:45 – 10:45 hod. jóga pro seniory
10:45 – 11:45 hod. „Aby nohy nebolely“
- 26. 2.** 8:15 – 9:15 hod. smovey kruhy
9:45 – 10:45 hod. jóga pro seniory
10:45 – 11:45 hod. „Aby nohy nebolely“