

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o. p. s.
Detašované pracoviště Frýdek-Místek
Kolaříkova 2185738 01 Frýdek-Místek
Tel.: 558 431 889, 774 993 214
e-mail: czp.fm@czp-msk.cz

„CVIČENÍ JÓGY NA ŽIDLÍCH“

Dovolujeme si Vás pozvat na setkání, která budou zaměřena na cvičení jógy a trénink paměti. Setkání povede lektorka jógy a budou probíhat **v klubovně Centra pro zdravotně postižené ve Frýdku-Místku na ulici Kolaříkova 2185**. Aktivita je určena seniorům a osobám se zdravotním postižením a bude v roce 2025 probíhat v těchto termínech:

**6.1., 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 17.2., 24.2., 3.3.,
10.3., 17.3., 24.3., 31.3., 7.4., 14.4., 28.5., 5.5., 12.5.,
19.5., 26.5., 2.6., 9.6., 16.6., 23.6., 30.6., 1.9., 8.9., 15.9.,
22.9., 29.9., 6.10., 13.10., 20.10., 27.10., 3.11., 10.11.,
24.11., 1.12., 8.12., 15.12.**

vždy v pondělí od 9:00 do 10:30 hodin

Přijďte strávit příjemné dopoledne, zacvičit si, trénovat paměť a navázat nová přátelství !