

# APŽ – BŘEZEN 2019

**Každé úterý od 14.00 v RC Radovánku cvičíme v pomalém tempu a zaměřujeme se na páteř, klouby a dechová cvičení.**

Jarní výlety

**Brandýs nad Orlicí – Ústí nad Orlicí přes Klopoty** – sobota 9. března, odjezd z vlakového nádraží v H. M. v 8.25, pěšky 14 km.

**Touláme se v Kunratickém lese v Praze** – středa 20. března, odjezd z vlakového nádraží v H. M. v 8.25, návrat do 19.00.

Pojďme udělat něco pro své zdraví

**Návštěva wellness v Pardubicích** – středy 13. a 27. března, odjezd z nám. Míru v H. M. v 9.00, cena 140 Kč/2 hod.

**Herní odpoledne** – čtvrtek 21. března od 14.00 do 15.00 v RC Radovánku, hry – scrabble, karty a jiné společenské hry.

**Seznámení se sociální politikou pro seniory** - úterý 26. března v RC Radovánku od 15.00 do 16.00.

**Vycházka s hůlkami** – čtvrtek 14. března (Vápenný Podol – H. M., odjezd 13.30 z nám. Míru v H. M.) a 28. března (sraz ve 14.00 u vchodu do parku u Holuba).

Východočeské divadlo v Pardubicích

Představení **Zamilovaný Shakespeare** - středa 6. března, odjezd z nám. Míru v H. M. v 18.00.

Nabídka výletu Ostrava - Vítkovice – víkend 13. až 14. dubna. Zájemci hlase se do 31. března osobně nebo telefonicky Ivaně Krbcové.

Nabídka týdenního pobytu na Domažlicku do Babylonu – pondělí 20. až sobota 25. května. Dopravu a stravné si hradí každý sám. Ubytování v penzionu Magda. Poplatek 500 Kč/osobu/pobyt. Program – výlety po okolí, zajedeme i do sousedního Německa. Zájemci se mohou hlásit Ivaně Krbcové do 4. května.

**Více informací na tel. 723 152 866**

**Za APŽ Ivana Krbcová**