

APŽ Prosinec 2020

Úterní hodinová cvičení od 14.00 v RC Radovánek. Zaměřujeme se na dech, klouby a páteř.

úterý 1. prosince — Pojdme udělat něco pro své zdraví

Zdravotní vycházka Palácem

Sraz ve 13.30 u myslivny za pekárnu Dymák směrem k DDM.

čtvrtek 3. prosince — Pojdme udělat něco pro své zdraví

Jdeme na Barborku pro barborku

Sraz ve 13.30 u kapličky u vlakového přejezdu v H. M.

středa 9. prosince — Pojdme udělat něco pro své zdraví

Týnec nad Labem - Kolín

Odjezd v 7.00 z vlakového nádraží v H. M. Pěšky cca 13 km.

čtvrtek 17. prosince — Pojdme udělat něco pro své zdraví

Jdeme na Vlastějov ke studánce

Sraz ve 13.30 u kapličky u vlakového přejezdu v H. M.

čtvrtek 31. prosince — Pěší výlet

Tajná silvestrovská vycházka

Čas odjezdu bude upřesněn dle nového jízdního řádu, předpokládáme mezi 8.00 a 9.00.

Respektujeme vládní nařízení, program bude přizpůsoben aktuální epidemiologické situaci.