

APŽ – ÚNOR 2017

Pravidelná úterní zdravotní cvičení – cvičení pro seniory v RC Radovánek od 14.00 v pomalém tempu v příjemném prostředí

Další akce

Návštěva **wellness** v Pardubicích - středa 1. a 15. února, odjezd v 9.00 autobusem z náměstí v H. M.

Návštěva **plaveckého bazénu** v Chrudimi – každou středu tam probíhá cvičení a plavání pro seniory, odjezd 13.00 z náměstí v H. M.

Bystříme mozek - hrajeme karty i jiné zapeklité hry - čtvrtek 9. a 23. února v RC Radovánek od 14.00

Výlety

Zkusíme běžky? ANO – odjezd autobusem v neděli 5. února z náměstí v H.M v 13.00, návrat v 17.00 opět na náměstí v H. M.

Jdeme zvesela z Veselí u Přelouče – sobota 11. února – oběd v Cholticích, cca 12 km pěšky, odjezd v 8.27 vlakem z H. M.

Mezinárodní veletrh cestovního ruchu v Praze – sobota 18. února, odjezd 8.27 vlakem z H.M., příjezd do 18:30

Více informací na tel. 723 152 866

Za APŽ Ivana Krbcová

ČTYŘDENNÍ POBYT V KRYŠTOFOVĚ ÚDOLÍ

APŽ pořádá 10. až 14. května 2017 pobyt v Kryštofově údolí na pomezí Jizerských a Lužických hor nedaleko Liberce. Náplň pobytu bude turisticko – poznávací. Možnost navštívit Ještěd, vesnický orloj, dům řemesel a další. Kryštofovo údolí je místem s krásnou přírodou a zachovalými chalupami. Účastníci se mohou zapojit do skupinového programu nebo si vytvořit vlastní.

Cena pobytu: cca 500,- Kč včetně snídaní, doprava a ostatní strava není v ceně.

Na pobyt je nutné se přihlásit do 10. dubna Ivaně Krbcové osobně nebo telefonicky - 723 152 866.