

APŽ – ÚNOR 2018

Cvičíme každé úterý od 14.00 v RC Radovátku. Hodinové cvičení je vedeno v pomalém tempu a zaměřeno na páteř, klouby a dechová cvičení.

Poplatek 20 Kč.

Zimní výlety

Březinka – středa 7. února, odjezd autobusem z nám. Míru v H. M. v 10.05, návrat do tmy, pěšky 13 km.

Lázně Bohdaneč jinou trasou kolem rybníků – sobota 24. února, odjezd z vlakového nádraží v H. M. v 8.27, pěšky 13 km.

Bude-li sníh, pojďme na běžky do Kovářova – běžkaři, hlase se na telefon 723 152 866, jednoduchý terén.

Pojďme udělat něco pro své zdraví

Návštěva wellness v Pardubicích – středa 28. února, odjezd z nám. Míru v H. M. v 9.00, cena 140 Kč/2 hod.

Cvičení ve vodě v Chrudimi každou středu, odjezd autobusem z nám. Míru v H. M. ve 13.00.

Hráčské doupě – čtvrtky 8. a 22. února od 14.00 do 15.00 v RC Radovátku, hry – scrabble, karty a jiné společenské hry.

Nabídka pobytu ve Slavonicích

APŽ pořádá 8. až 13. května 2018 **pobyt ve Slavonicích**. Náplní bude dobývání turistických cílů České Kanady. Ubytování v penzionu Karel Kunc. Cena pobytu: 500 Kč, strava a doprava nejsou zahrnuty v ceně. Na pobyt je nutné se přihlásit Ivaně Krbcové do 31. 3. 2018 na telefon 723 152 866.

Více informací na tel. 723 152 866

Za APŽ Ivana Krbcová