



Městská část Praha – Dolní Počernice pořádá akci

# POČERNICKÝ SENIORSKÝ DEN ZDRAVÍ

aneb **JAK JSME NA TOM? ... nejen pro seniory 60+**

v sobotu **16.6.2018 od 14.00** v zámeckém parku

kurzy „**Nordic Walkingu**“ včetně zapůjčení holí

**diagnostika** (měření tlaku, tepu, tělesných hodnot...)

**rehabilitační cvičení, uvolňovací techniky a masáže, jóga**

Přijďte si také vyzkoušet **pétanque, kriket, deskové hry, hod na koš, kop na bránu...**

drobné občerstvení a pitný režim zdarma, na závěr táborák a slosování účastnických lístků o zajímavé ceny

k poslechu i tanci vám zahraje **TYGŘICE Z POČERNIC**

jako host vystoupí kapela z Texasu **DERRAL GLEASON**

**KONÁ SE ZA KAŽDÉHO POČASÍ, TĚŠÍME SE NA VÁS**

Projekt realizuje MČ Praha - Dolní Počernice v rámci MA21 za podpory MHMP a dalších partnerů.  
Koná pod záštitou radního hl. m. Prahy pro oblast zdravotnictví a bydlení Ing. Radka Lacka.