

TIME outDOOR



cvičení s prvky Taiji – ZDARMA

v parku Na Pankráci



- cvičení vede MgA. Vlasta Pechová
- místo je vyznačeno vlajkou

Pondělí 18:00 - 19:30

- pro dospělé - mladší a střední věkové generace
- ozdravné a bojové principy Taiji

Úterý 9:00 - 10:30

- pro seniory a tělesně méně zdatné
- cvičení pro zdraví a rozvoj koordinace



2023	Pondělí					Úterý				
květen			15	22	29			16	23	30
červen		5	12	19	26		6	13	20	27
červenec	3	10	17	24	31	4	11	18	25	
srpen		7	14	21	28	1	8	15	22	29
září		4	11				5	12		



Pozor, v takto vyznačených dnech necvičíme!

- cvičení probíhá za podpory MČ Praha 4,
1. místostarostky Ireny Michalcové
- více info: www.taijipodlupou.cz/cviceni-zdarma