

Program 2017

8:30 Prezentace účastníků

9-9:15 Zahájení

Tělocvična 1		Tělocvična 2	
9:15-10:00	Prof. RNDr. Jarmila Riegerová, CSc. Cvičení pro udržení radosti ze života	9:15-10:00	Mgr. Lenka Fasnerová Centrum pohybu Smovey & woudink
10:00-10:45	Prof. RNDr. Jarmila Riegerová, CSc. Cvičení pro udržení radosti ze života	10:00-10:45	Mgr. Lenka Fasnerová Centrum pohybu Smovey & woudink
10:45-11:15 Cofee break			
11:15-12:00	Irena Vlasáková Harmonizační cvičení	11:15-12:00	Mgr. Kateřina Krumpálová Zdravotní qigong Osm kusů brokátu (v sedě).
12:00-12:45	Irena Vlasáková Harmonizační cvičení	12:00-12:45	Mgr. Kateřina Krumpálová Zdravotní qigong Osm kusů brokátu (v sedě).
12:45-14:00 Oběd			
14:00-14:30	teoretická přednáška: Věra Syslová – Vhodné pohybové aktivity pro méně pohyblivé seniory		
Tělocvična 1		Tělocvična 2	
14:30-15:15	Mgr. Jana Harvanová, Ph.D. Terapeutický tanec u seniorů	14:30-15:15	PaeDr. Liběna Kováčová, Ph.D. Overball – aneb zahrajme si s rovnováhou
15:15-16:00	Mgr. Jana Harvanová, Ph.D. Terapeutický tanec u seniorů	15:15-16:00	PaeDr. Liběna Kováčová, Ph.D. Overball – aneb zahrajme si s rovnováhou