

SPORTOVNĚ ZÁBAVNÉ PROGRAMY PRO SENIORY 60+

- ŘÍZENÉ PROFESIONÁLNÍM PERSONÁLEM /s praxí přes 20let/
- ROČNÍ PROGRAM /60minut za týden s možností rozšíření/
- WORKSHOPY DO 150 LIDÍ /reálná sebeobrana /
- AKTIVNÍ PROGRAMY /60 lidí na den s možností rozdělení do 3 bloků/
- MINIMÁLNÍ POČET 10 LIDÍ /pro spuštění akcí je pevně daný počet/
- VENKOVNÍ A VNITŘNÍ PROGRAMY /uzpůsobeny dle dispozic a zdravotnímu stavu/
- 200kč / na osobu

NAŠIM CÍLEM JE:

- VYLEPŠIT KONDICI
- ZVÝŠIT SI ZDRAVÉ SEBEVĚDOMÍ
- MÍT VĚTŠÍ CHUŤ DO ŽIVOTA
- PŘEDÁVÁNÍ ZKUŠENOSTÍ

ZÁBAVNÉ AKCE SPOLUPRÁCI SE SPOZORY

- KONCERTY, SOUTĚŽE, ODPOLEDNÍ PÁRTY
- VÝJEZDY A PODOBNÉ

Roční hodnocení všech zúčastněných. Zábavné a naučné programy pro seniory. Volnočasové aktivity a pasivní programy na míru účastníků. Doporučujeme úvodní workshop pro seznámení nebo úvodní hodiny a následné rozdělení skupin dle fyzických dispozic. Cvičení pro zdraví rozvoj a udržení zdravého životního stylu. Podpora psychické i fyzické kondice.



www.hscp.cz

František Kolínský, tel: 728 753 202, hscp@hscp.cz