

MaRS 2025

týden pohybu pro RS

24. - 29. března

14. ročník pohybově osvětové kampaně na podporu rehabilitace a fyzioterapie lidí s roztroušenou sklerózou



Přijďte si zacvičit a podpořte léčbu roztroušené sklerózy – týden plný pohybu napříč celou republikou, více:



www.maratonmars.cz
<https://www.facebook.com/roskacb/events>

PROGRAM PŘEDNÁŠEK:

Konopí jako lék - WalkAide - Zdravá výživa - Watsu - Život s RS - Rugby Č. Budějovice - Benefits sportu - Zdravé spaní

KONTAKT: Ilona Lonsmínová, tel: 728 162 966

VSTUPNÉ: DOBROVOLNÉ

Podpořit můžete také dobrovolným příspěvkem na účet veřejné sbírky 242164841/0300, nebo pomocí QR kodu



QR Platba

KDY:

28. 3. 2025 - 15:00 - 20:00 hod.

KDE:

SZŠ a VOŠZ, Husova 3, Č. Budějovice

PROGRAM CVIČENÍ:

Feldenkraisova metoda - Cvičení s vlastní vahou těla - Barre Days - Pilates Clinic - Jóga

Po celou dobu akce - praktické ukázky první pomoci a dentální hygieny. Je možné si vyzkoušet EMS trénink se studiem Body Express.

Výtěžek z dobrovolného vstupného poputuje na pořízení rehabilitačního stroje IMOOVE a zajištění provozu rehabilitačního centra Rosky České Budějovice.

!MpuLs
nadační fond

Hlavní mediální partner



Mediální partneři:



Partner celostátního MaRS maratonu



Partner maratónských čísel



Partner webových stránek maratonmars.cz



Hlavní partneři Prahy



Regionální partneři



František Mrkáček
Výživový poradce
WalkAide II
Impuls a lepší život

Tento projekt je spolufinancován z rozpočtu Statutárního města České Budějovice a Jihočeského kraje. Záštitu nad akcí převzaly doc. Ing. Lucie Kozlová Ph.D., doc. Dr. Ing. Dagmar Škodová Parmová a MVDr. Pavel Bělobrádek Ph. D., MPA