

MaRS 2025

týden pohybu pro RS

PÁTEK
28
BŘEZEN

Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola zdravotnická,
České Budějovice, Husova 3

15:00 – SLAVNOSTNÍ ZAHÁJENÍ

HLAVNÍ PROGRAM – VELKÁ TĚLOCVIČNA:

15:05 – REHABILITAČNÍ CVIČENÍ

s Jitkou Hosnedlovou

16:00 – POSÍLENÍ TĚLA VLASTNÍ VAHOU

s Markétou Molíkovou

17:00 – BARRE DAYS

s Eliškou Sosnovou

18:00 – PILATES CLINIC

s Vlastou Litvínovou

19:00 – JÓGA

s Hankou Schättingerovou

ROSKA  ČB
...VÍME JAK DÁL

MaRS 2025

týden pohybu pro RS



Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Husova 3, Č. Budějovice

PŘEDNÁŠKY – MALÁ TĚLOCVIČNA:

15:05 – 15:30 – KONOPÍ JAKO LÉK

15:30 – 15:45 – WALKAIDE

15:45 – 16:15 – ZDRAVÁ VÝŽIVA

16:15 – 16:45 – WATSU

17:00 – 17:30 – ŽIVOT S RS

17:30 – 18:00 – RUGBY Č. BUDĚJOVICE

18:00 – 18:30 – BENEFITY SPORTU

18:30 – 19:00 – ZDRAVÉ SPANÍ

V PRŮBĚHU CELÉ AKCE – PRAKTICKÉ UKÁZKY PRVNÍ POMOCI, DENTÁLNÍ HYGIENY A STUDIA BODY EXPRESS.

VŠICHNI NÁVŠTĚVNÍCI AKCE BUDOU ZAŘAZENI DO SLOSOVÁNÍ TOMBOLY. VÝHERCI BUDOU PO AKCI KONTAKTOVÁNI TELEFONICKY.

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