

APŽ Leden 2026

úterní Feldenkrais, tak trochu jiné cvičení

Cvičíme **každé úterý od 13.45** v Multifunkčním centru na náměstí Míru. Nový přístup k vlastnímu zdraví, pohybem k sebeuvědomění. Je možné se připojit ke cvičení průběžně. Začínáme **6. ledna**.

páteční hodinová cvičení v RC Radovánek

Cvičíme pravidelně **každý pátek od 14.30** v prostorách RC Radovánek. Protahujeme klouby a páteř. Začínáme **9. ledna**.

středa 7. ledna — Pojdme udělat něco pro své zdraví

Sauna Pardubice

Odjezd v 9.00 z autobusového nádraží na náměstí Míru. Je možné chodit jen plavat do bazénu.

čtvrtek 8. ledna – Pojdme udělat něco pro své duševní zdraví

Hrajeme karty

Sraz ve 14.00 v KINO kavárně.

sobota 10. ledna — Celodenní výlet

Z Kutné Hory přes Kaňk do Starého Kolína

Odjezd v 7.30 z vlakového nádraží. Pěšky cca 12 km.

středa 14. ledna — Zdravotní vycházka

Ze Stojic domů

Odjezd ve 14.00 z autobusového nádraží na náměstí Míru.

neděle 18. ledna — Grand festival smíchu

Festivalové zpívání v Grandu

Odjezd ve 14.00 z autobusového nádraží na náměstí Míru.

středa 21. ledna — Pojdme udělat něco pro své zdraví

Sauna Pardubice

Odjezd v 9.00 z autobusového nádraží na náměstí Míru. Je možné chodit jen plavat do bazénu.

čtvrtek 22. ledna – Pojdme udělat něco pro své duševní zdraví

Hrajeme karty

Sraz ve 14.00 v KINO kavárně.

čtvrtek 29. ledna – Zdravotní vycházka

Přes rybníky

Sraz ve 14.00 u kapličky u vlakového přejezdu.

sobota 31. ledna — Celodenní výlet

Podél Žejbra

Odjezd v 8.00 z autobusového nádraží na náměstí Míru. Pěšky cca 12 km.