



**TJ SOKOL VŘESOVICE**

**POŘÁDÁ V PÁTEK DNE 7. 8. 2020 OD 17:30 HOD.**

# **NORDIC WALKING**

**S INSTRUKTORKOU LENKOU SEHNALOVOU**

**PRO VŠECHNY, KTERÍ SE CHTĚJÍ NAUČIT SPRÁVNOU TECHNIKU SEVERSKÉ CHŮZE A DOZVĚDĚT SE, JAK TATO POHYBOVÁ AKTIVITA, VHODNÁ PRO VŠECHNY VĚKOVÉ SKUPINY, POMÁHÁ PŘI RŮZNÝCH ZDRAVOTNÍCH POTÍŽÍCH.**

**SRAZ ÚČASTNÍKŮ JE NA SOKOLSKÉM STADIONU ,  
VYCHÁZKA PO OKOLÍ VŘESOVIC V 18:00 HOD.  
LEKCE JE PRO OBČANY A ČLENY SOKOLA VŘESOVIC ZDARMA  
VČETNĚ ZAPŮJČENÍ HOLÍ.**

**OSTATNÍ – 100 Kč**

