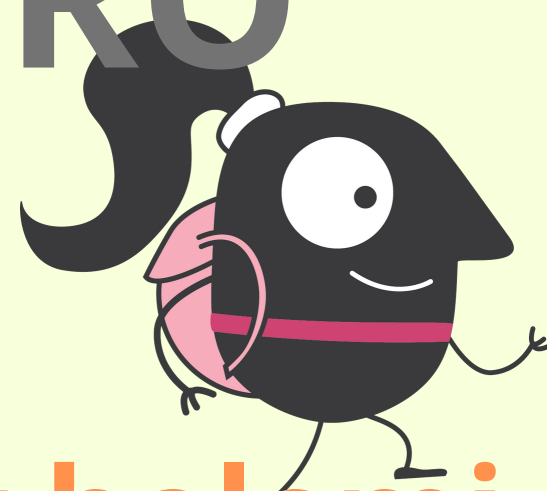


BEZPEČNÝ, ZDRAVÝ A UDRŽITELNÝ POHYB JE PRO SENIORY HRAČKA

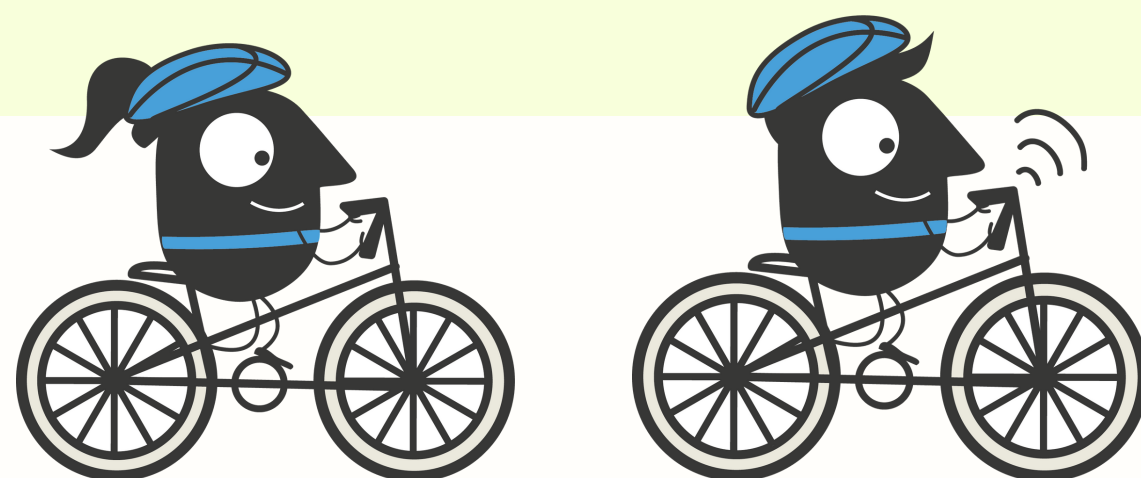


Odpolední vycházka s Nordic Walking holemi

úterý 14. září 2021



Program odpoledne:



15.00 hod NORDIC WALKING VYCHÁZKA S INSTRUKTOREM

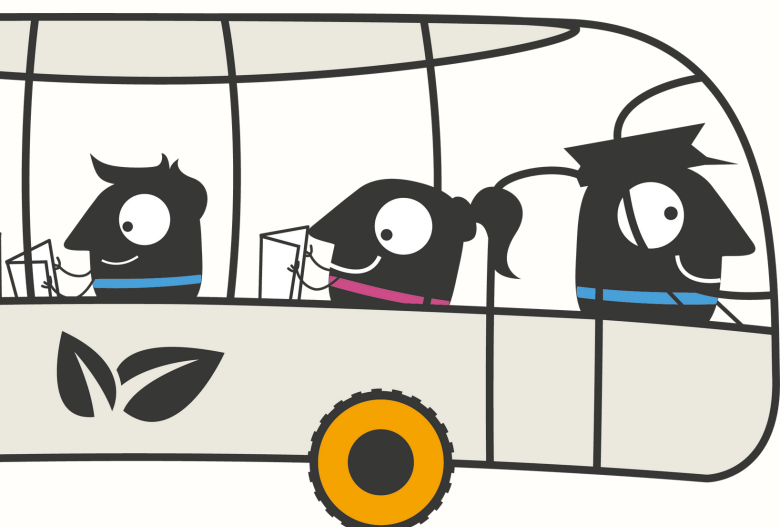
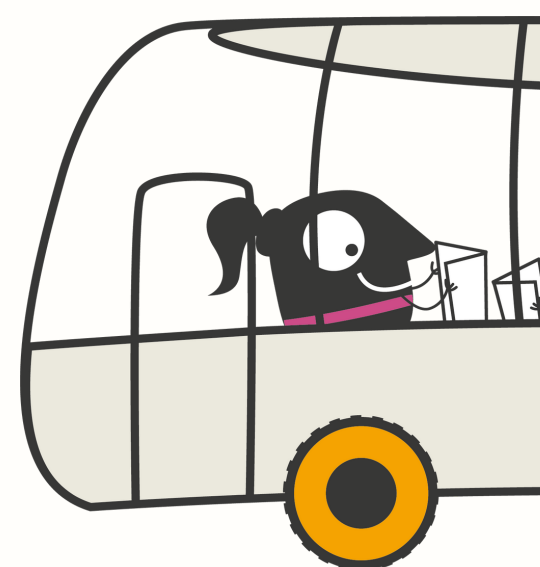
- START: před sokolovnou v Novém Městě nad Metují
- CÍL: Městský úřad Nové Město nad Metují
- Možnost zapůjčení NW holí

16.00 hod ERGONOMIE CHŮZE A PROTAŽENÍ S
FYZIOTERAPEUTEM

- Městský úřad Nové Město nad Metují - zasedací místnost v 1. patře

16.30 hod BEZPEČNOST NA KOLE I ELEKTROKOLE

- Městský úřad Nové Město nad Metují - zasedací místnost v 1. patře



Akce probíhá v rámci
Evropského týdne mobility
a Evropského dne bez aut
2021

