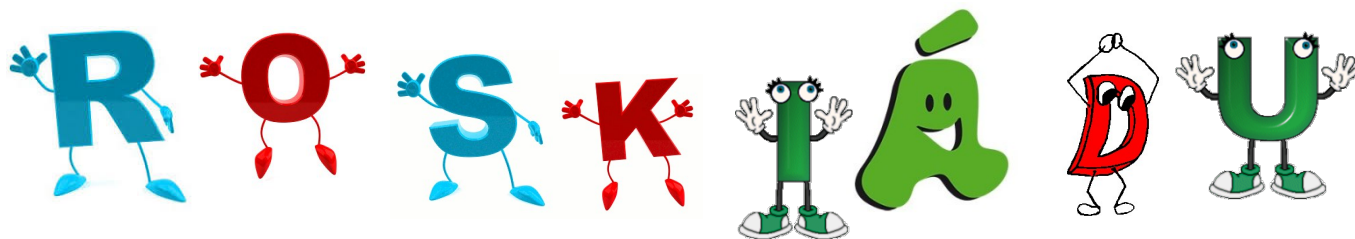


Program na



ve Sportovním centru Nymburk ve dnech 13. – 15. 9. 2024

13. 9. pátek

14.00hod. – ubytování dle uvolnění pokojů

14.30 prezentace na sněm

15.00hod. celorepublikové shromáždění UNIE ROSKA

18:00 – 19.00hod. večeře

19.00hod. v sále seznámení s programem

19.15hod. přednáška - Praxe jógové terapie při RS –

přednáší Iva Honsová, cvičitelka jógy 1. Třídy

20.00 trénink paměti a ergoterapie

pro zájemce vířivka rozpis bude na nástěnce ve Sportovním centru

14. 9. sobota

7.30hod. rozcvička

8.00 – 8.30hod. snídane

9.00hod. nástup soutěžících

9.10hod. zahájení, uvítání hostů

9.30hod. zahájení soutěží

11.00 – 12.00hod. plavání

12.00 – 13.00hod. oběd

13.00hod. hod koulí

od 14. 00- průběžné ukončení soutěží

doprovodný program stolní tenis Unie Roska – dobrovolníci

turnaj v bocci Unie Roska - dobrovolníci

18.00 – 19.00hod. večeře

19.30hod. vyhlášení výsledů soutěží

pro zájemce vířivka rozpis bude na nástěnce ve Sportovním centru

15. 9. neděle

7.30hod. rozcvička

8.00 – 8.30hod. snídane

9.00 – 11.00hod. - přednáší doc. PhDr. phil. Laura Janáčková, CSc.

Téma : Jak zvládat stres.

pro zájemce vířivka rozpis bude na nástěnce ve Sportovním centru

odjezd

Pořadatel si vyhrazuje právo změny času