

# SPOLU V POHYBE - CVIČENIE V PARKU

22.6.2026 - | Mesto Dubnica nad Váhom

**Doprajte si počas leta pohyb na čerstvom vzduchu a pridajte sa k obľúbenému podujatiu Spolu v pohybe - cvičenie v parku. Čakajú vás príjemné stretnutia spojené s nenáročným cvičením, ktoré podporí fyzickú kondíciu, zlepši náladu a prinesie energiu do každodenných dní.**

Cvičenie je vhodné pre všetky vekové kategórie a zameriava sa na rozhýbanie tela, posilnenie svalov, zlepšenie flexibility a celkovú pohodu. Stačí si priniesť pohodlné oblečenie a dobrú náladu.

Termíny cvičení:

**12. júl 2026 o 09.00 h**

**26. júl 2026 o 09.00 h**

**9. august 2026 o 09.00 h**

**23. august 2026 o 09.00 h**

Na SPOLU V POHYBE - CVIČENIE V PARKU je potrebné prihlásiť sa zaslaním SMS na tel. čísle 0903 143 407. Minimálny počet osôb na cvičenie: 3. Prihlásiť sa možno najneskôr v deň cvičenia do 7.00 h. Vstup voľný.

Príďte si užiť aktívne letné dopoludnie v príjemnom prostredí parku, stretnúť nových ľudí a urobiť niečo dobré pre svoje zdravie. Tešíme sa na vás!

*Zmena programu vyhradená. Účastou na podujatí súhlasíte so spracovaním a zverejnením obrazových materiálov a videozáznamov z podujatia.*

[https://www.dubnica.eu/udalosti-v-meste/kalendar-akcii/spolu-v-pohybe-cvicenie-v-parku-4398\\_822sk.html](https://www.dubnica.eu/udalosti-v-meste/kalendar-akcii/spolu-v-pohybe-cvicenie-v-parku-4398_822sk.html)