

Aktivity pro seniory v roce 2023

24.11.2023 - | Městská část Praha 7

Pohybové aktivity

- cvičení ve Stromovce
- jóga v Letenských sadech
- severská chůze
- pétanque
- plavání s cvičením
- cvičení v klubu Sedmička v pohybu*
- stolní tenis*

Kulturní, volnočasové a zájmově-vzdělávací aktivity

- kurzy práce na PC a práce s chytrými telefony a tablety
- jazykové kurzy (angličtina, němčina, francouzština, španělština)
- taneční odpoledne
- tematické komentované procházky*
- lodní výlety*
- vánoční setkání*
- nabídka divadelních představení v Praze 7 – volné či zvýhodněné vstupné*

* pouze pro členy Klubu seniorů

<https://www.praha7.cz/aktivity-pro-seniory-v-roce-2023>