T.J. SOKOL SMÍCHOV II

ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ

PREVENCE CIVILIZAČNÍCH CHOROB

aneb jak praví klasici

„VE ZDRAVÉM TĚLE ZDRAVÝ DUCH“

Tělocvičná jednota **Sokol-Smíchov II otevírá od 05. ledna 2026 nové hodiny zdravotního cvičení** vhodné pro všechny věkové kategorie žen i mužů, kteří se chtějí aktivně bránit civilizačním chorobám a v příjemném kolektivu udělat něco pro své tělo a dobrou mysl, a to vše pod vedením zkušené cvičitelky.

Kdy?	**pondělí**	dopoledne od 10:00 – 11:00 hod. nebo
		večer od 19:00 – 20:00 hod.
	středa	dopoledne od 10:00 – 11:00 hod.

Kde? **Tělocvična T. J. Sokol – Smíchov II**, Vrázova ulice 1163/6, Praha 5 – Smíchov

Za kolik? **Cena 1 hod. cvičení – CZK 150,00 – platba v hotovosti před zahájením cvičení** (nelze platit kartami).

Permanentka na 10 lekcí – CZK 1.200,00 (je NEPŘENOSITELNÁ a platná pouze v rámci kalendářního roku).

Pro členy ČOS a jednoty – celoroční oddílový příspěvek:

Věková kategorie do 65 let:	**členský příspěvek ČOS CZK 600,00 plus oddílový CZK 3.300,00 celkem tedy CZK 3.900,00 ročně** *(což představuje cenu za hodinu cvičení cca CZK 97,00)*
Věková kategorie 65+:	**členský příspěvek ČOS CZK 300,00 plus oddílový příspěvek CZK 2.500,00 celkem CZK 2.800,00** *(což představuje cenu za hodinu cvičení cca CZK 70,00)*

(V době letních měsíců, tj. červenec a srpen se NECVIČÍ.)

Zájemci se mohou přihlásit e-mailem na adrese tajemnice@sokol-smichov2.eu.

Do e-mailu je nutné uvést den a hodinu, ve které zájemci chtějí chodit cvičit. Nutným předpokladem pro zahájení cvičení je pravidelná účast min. 10 cvičenců.