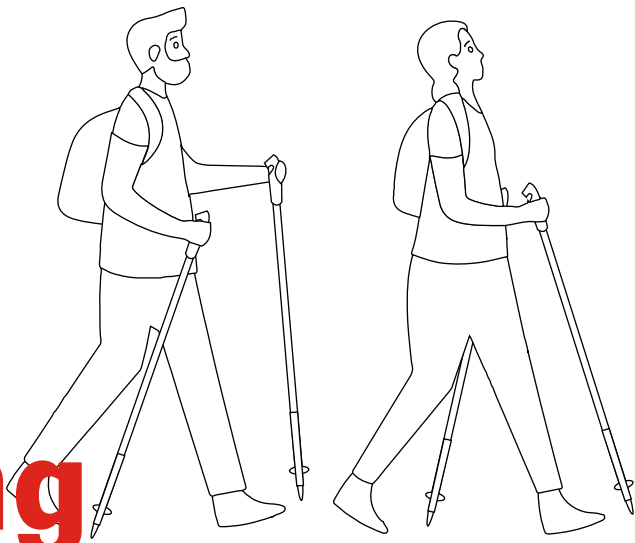


**duben—červen 2026**  
**vždy ve středu od 14 h**

# lekce

# Nordic

# Walking



Lekce budou probíhat každou středu od 1. 4. do 10. 6. 2026 vždy od 14 h.

→ 1., 8., 15., 22. a 29. dubna

→ 6., 13., 20. a 27. května

→ 3. a 10. června 2026

→ **Sraz je na zastávce autobusu Ohrada (linky 133, 207) směr centrum (Florenc, Staroměstská).**

→ **Hole je možné si na místě zdarma zapůjčit.**

→ Na lekce mohou přijít účastníci bez předchozí registrace, tj. i nepravidelně.

→ Začátečníci mohou přijít kdykoliv, výuce správné techniky chůze se věnuje každá lekce.

→ Doporučujeme účastníkům vybavit se vhodnou obuví, oblečením, pitím a ideálně batohem na záda.

→ Lekce jsou v rámci projektu Trojka pro seniory ZDARMA.