APŽ Listopad 2026

Pravidelné aktivity (každý týden)

Feldenkrais cvičení v MFC
Každé úterý od 13.45. Vědomé cvičení, s sebou podložku a teplé oblečení, cvičí se na zemi.

Hrajeme karty v KINO kavárně
Každý čtvrtek od 14.00.

Cvičení v RC Radovánek
Každý pátek od 14.30. Protahujeme tělo.

Ostatní aktivity

středa 4. listopadu
Sauna nebo plavání
Odjezd v 9.02 autobusem z nádraží. Sauna 231 Kč/senior/2 hodiny. Je možné chodit jen plavat do bazénu.

čtvrtek 5. listopadu
Přes Bačalský rybník domů
Odjezd ve 12.52 autobusem z nádraží. Pěšky cca 8 km.

pondělí 9. listopadu
Discgolf v Bažantnici
Sraz ve 14.00 u vchodu do Bažantnice (naproti čerpací stanici).

středa 11. listopadu
Okolo Třemošnice
Odjezd v 8.02 autobusem z nádraží. Pěšky cca 11 km.

středa 18. listopadu
Sauna nebo plavání
Odjezd v 9.02 autobusem z nádraží. Sauna 231 Kč/senior/2 hodiny. Je možné chodit jen plavat do bazénu.

čtvrtek 19. listopadu
Z Valů do Přelouče
Odjezd ve 13.08 vlakem z nádraží. Pěšky cca 8 km.

středa 25. listopadu
Z Třebechovic do Týniště nad Orlicí
Odjezd v 6.02 autobusem z náměstí. Pěšky cca 13 km. Celodenní výlet.

sobota 28. listopadu
Do Svitav na betlém a okolí
Odjezd v 8.00 autobusem z náměstí nebo 8.02 nádraží. Pěšky cca 10 km. Celodenní výlet.

Zapojením do programu každý potvrzuje, že se seznámil s podmínkami zveřejněnými na www.energeia.cz a souhlasí s jejich dodržováním.

Ivana Krbcová, +420 723 152 866