



# ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ S PRVKY JÓGY

Upozorňujeme  
na možnost  
čerpání  
příspěvku  
z FKSP.

Dále je možné  
získat  
příspěvek od  
VZP v rámci  
programu  
Zdravý život,  
kdy můžete  
žádat o  
příspěvek na  
pravidelné  
pohybové a  
rehabilitační  
aktivity, po  
předložení  
dokladu o  
uhrazení  
rehabilitačních  
či pohybových  
aktivit.

Více na  
[www.vzp.cz](http://www.vzp.cz)  
/vyhody-a-  
prispevky/

## v tělocvičně rehabilitačního oddělení nemocnice

pod vedením fyzioterapeutky Aleny Chmelíčkové

Hodina je zaměřená na všechny klienty, kteří se chtějí aktivně podílet na svém zdravotním stavu. Je sestavena z kombinace rehabilitačního cvičení při bolestech zad a prvků jógy a vedena v pomalejším tempu.

**Kdy: středa 15.30 – 16.30**

**Cena: 90Kč/hod.**

**nebo 800Kč/10 vstupů - permanentka**

Objednávat se můžete na tel. 568 809 258  
nebo e-mailem: [inforhb@nem-tr.cz](mailto:inforhb@nem-tr.cz)  
Zde vám budou poskytnuty další  
informace