***Víkend plný pohybu a turistiky  v rekreačním středisku Doubravka, Horní Sokolovec***

*Údolí Doubravy (ubytování hotelového typu)* [www.chatadoubravka.cz](http://www.chatadoubravka.cz/)

***Termín 2.6.- 4.6. 2023* Program je nezávazný.**

**Pátek 2.6. - odpoledne volný program, ubytování od 16hod.**

**18:00 hod - cvičení – jóga, zdravotní a masážní cvičení**

**19:00 hod - večeře**

**20:00 hod - seznamovací zábavný** **večer, masážní cvičení**

**Sobota 3.6.**

**7:30 hod - cvičení - jóga, zdravotní cvičení a čchi kung**

**8:30 hod - snídaně**

 **9:00 hod - pěší turistika a zábavné cvičení pro oči a tělo**

**18:00hod - večeře**

**19:00 hod - cvičení - jóga a protažení, PĚT TIBEŤANŮ**

**20:00 hod - zábavný večer, tombola, hry,**

**Neděle 4.6.**

 **7:30 hod - cvičení - jóga, OSM KUSŮ BROKÁTŮ, trochu aerobiku**

**8:30 hod snídaně**

**9:00 hod balení a příprava zavazadel**

**9:30 hod pěší turistika**

**10 - 15:00 hod odjezd**

Předběžná cena **1500,-** (ubytování, polopenze, cvičení, tělocvična)

**Nevratná záloha na ČÚ 1000,-Kč 1153631043/0800**

**1000,-Kč do 10.dubna**

**Doplatek na místě, děti do tří let zdarma, ostatní děti sleva 300,-Kč**

**Kontakt: Hrušková Alena mob: 603 707 908,** [**alahru@seznam.cz**](mailto:alahru@seznam.cz)