

Spolu s organizátory jsme Vás pozvali na:

„Počernický sportovní víkend“,

ve dnech 7. – 8. října 2017,

který postupně připravily pražské městské části
Horní a Dolní Počernice.

Jednalo se o akce již tradiční, úspěšné, se značným zaměřením na cyklo,
ale vůbec na pohyb, zdraví, informace, férovou soutěživost

a to je ono!!

I když letošní počasí nebylo to nejlepší.

Zdravá městská část Horní Počernice
ve spolupráci s komisí sportu, mládeže a volnočasových aktivit
pořádá v rámci kampaně ke Dnům zdraví

Akce je pod záštitou radního HMP
pro oblast zdravotnictví Ing. Radka Lacka
Finančně podpořeno z rozpočtu MHMP



Počernice v pohybu

sobota 7. října 14.00–17.00 hod.

venkovní areál FZŠ Chodovická

(v případě deště tělocvična-přezůvky s sebou)

• **SOUTĚŽNÍ STANOVISŤE:** tradiční jízdy zručnosti na kolech nebo odstrkovadlech, florbale, nově si budete moci vyzkoušet odpalování míčů do nafukovacího trenažeru softbalu nebo bojová umění pod vedením trenérů z klubu Kosagym aj.

• **PRVNÍCH 300 ÚČASTNÍKŮ SPORTOVNÍCH SOUTĚŽÍ**

ZÍSKÁ mimo jiné dárky od sponzorů XXXLUTZ a PARTNERS



DOPROVODNÝ PROGRAM

- ZO Včelaři workshop pro děti tvorba ze včelího vosku, seznámení s včelařstvím, ochutnávka a prodej medu
- Horolezecká stěna a skákací hrad
- Nácvik první pomoci
- AMEDICINA připravila pro zájemce zdarma: metabolickou analýzu, zjišťování imunity u dětí, kosmetické ošetření
- měření cukru a cholesterolu pro 200 účastníků zdarma.











DEN ZDRAVÍ A POHYBU

POČERNICKÉ CYKLOHRÁTKY

2.ročník neděle **8.10.2016 13.00 – 17.30**

Zámecký park v Dolních Počernicích

* **exhibice mistra světa Josefa Dresslera**

* **program pro celou rodinu**

* **pitný režim zajištěn zdarma**

od firmy Coca-Cola

* **překážkové dráhy**

* **škola kola – J. Dressler**

se svým týmem vás naučí,

jak správně kolo ovládat

a mít z něj větší radost

diagnostika těla *

výživové poradenství *

malý dárek pro každého *

zdravé občerstvení žáků ZŠ *

losování o hodnotné ceny *



Vezměte kolo, **příbuzí a přijďte si poradit a zároveň se dozvědět, jak pro své zdraví udělat víc.**

Tři soutěžní bloky cca 13-14.30, 14.30-16, 16-17.30, losování na konci každého bloku.

Vítání jsou všichni bez rozdílu věku. Koná se za každého počasí.

Projekt bude realizovat MČ Praha Dolní Počernice v rámci MA21 za podpory MHMP a dalších partnerů.

Financováno z rozpočtu Hlavního města Prahy pod záštitou radního Lacka pro zdravotní oblast.





Hornopočerničtí cyklisté zde v nádherném parku symbolicky doprovázeli maminku známého J. Dresslera, která nadále bydlí v Horních Počernicích.

Petr Uzel

Cyklokoordinátor