



ČESKÁ ASOCIACE SPORT PRO VŠECHNY

Pohyb jako klíč k aktivnímu stáří - záříme nejen v září

15. listopadu 2025 v Praze

Zveme vás na den plný pohybu, inspirace a radosti! Náš seminář je určený nejen pro instruktory a cvičitele, ale také pro cvičence a širokou veřejnost, která chce poznat, že pohyb je skvělým společníkem v každém věku.

Pořadatel

Komise seniorů Metodické rady ČASPV

Lektoři

Marie Skopová, Jana Černá Beránková, Miroslav Zítka

Místo konání

Tělocvična ZŠ Brdičkova, Brdičkova 1878/2, Praha 13 - Stodůlky (mapa [ZDE](#))

Program

Čekají vás pestré lekce přizpůsobené potřebám seniorů – od jemného kloubně-mobilizačního cvičení přes vytrvalostní trénink (basic aerobic), až po posilování s ohledem na specifika vyššího věku. Těšit se můžete také na tanec, pohybové variace a tipy, jak si udržet vitalitu a radost z pohybu co nejdéle.

Získáte nejen nové nápady pro své cvičení či vedení lekcí, ale i praktická doporučení pro aktivní stáří. Seminář vás nabije energií a ukáže, že i ve vyšším věku je možné zůstat svěží, pružní a v dobré kondici.

9:00 – 9:30 prezence

9:30 – 14:30 program

Cena

490 Kč člen ČASPV

690 Kč ostatní

Pokyny k platbě obdržíte po potvrzení přihlášky. Člen ČASPV uplatňující výhody musí být registrován v centrální evidenci v roce 2025 nejpozději 30 dní před akcí.

Přihlašujte se do 31. 10. 2025 prostřednictvím formuláře ZDE <https://forms.gle/nk5hQXnEsKjGbi1Q9>

S sebou

Oděv a obuv na cvičení

Psací potřeby

Organizační pokyny obdržíte do 10. 11. 2025.

STORNO PODMÍNKY (Směrnice ČASPV č. M – 8)

ZRUŠENÍ AKCE

1. Pořadatel si vyhrazuje právo při malém počtu přihlášených nebo při zásahu „vyšší moci“ do stanoveného termínu akci zrušit.
2. V případě zrušení akce pořadatelem dostane účastník platbu zpět v plné výši do 14 dnů od data zrušení akce.
3. Zrušení akce přihlášeným účastníkem - **storno poplatky**.
 - 3.1 Pokud dojde ke zrušení akce ze strany účastníka z mimořádně závažných důvodů (nemoc, doložená lékařským potvrzením, úmrtí v rodině) bude vrácen účastnický poplatek v plné výši.
 - 3.2 V případě neomluvené neúčasti se poplatek nevrací.
 - 3.3 pokud účastník zruší přihlášku z jiných důvodů, než je uvedeno v bodě 3.1 a nezajistí za sebe náhradu, platí následující storno poplatky:
 - a/ do 14 dnů před zahájením akce 5% z celkové výše poplatku
 - b/ od 13 do 7 dnů před zahájením akce 30% z celkové výše poplatku
 - c/ od 6 dnů a méně před zahájením akce 70 % z celkové výše poplatku
 - d/ omluva v den akce 100% storno poplatek.