

# 22. 10. -23. 10. 2021 projekt v Rýmařově "Žijeme sportem" – Letní workshop seniorů

## Plánovaný program:

- Pátek 22. 10.** 09:00 - 09:30 příjezd polské skupiny, sraz Středisko volného času Rýmařov, Julia Sedláka 18
- 10:00 - 12:30 lukostřelba - tělocvična Hornoměstská ul. nebo Flemmichova zahrada (podle počasí)
- 13:00 oběd Excelent, ubytování polské skupiny
- 14:30 koloběžkový a cyklistický výlet – Škaredá jedle, Čerták, Zámecký park
- 17:30 večere Excelent
- 19:00 - 21:00 Středisko volného času Rýmařov - veselý večer, herna stolního tenisu, deskové hry, relaxační cvičení - posilovna
- Sobota 23. 10.** 08:30 snídaně
- 09:30 odjezd od Střediska volného času, Okružní 10 do Rešova, pěší vycházka na Rešovské vodopády, Ruda
- 13:00 oběd v Rudě
- pěší vycházka Křížová cesta
- 17:30 večere Excelent
- odjezd polské skupiny

## Důležité vybavení:

teplejší oblečení na sport - kolo, turistika, turistická obuv do podzimní přírody, malý batůžek, láhev na pití, pláštěnka.

