



Centrum služeb Svazu postižených civilizačními  
chorobami v České republice, z. s.

Karlínské náměstí 12, 183 00 Praha 8 – Karlín, Tel.: 224 812 225,  
e-mail: centrum@spch.cz, www.spch.cz

## **POJĎTE S NÁMI ROZCHODIT CIVILKY**

**KDY: pátek 17. 4. 2015**

**V KOLIK: sraz v 10.30 hod,**

**11.00 první pochod,**

**13.00 druhý pochod,**

**vyhodnocení 15.00,**

**MÍSTO: Hrádek nad Nisou - start a cíl parkoviště u kempu Kristýna,  
pochod okolo Kristýny ,**

**Délka trasy: od 0,5 km do 1,8 km, každý podle svého,**

Doprovodný program pro děti i dospělé, ukázky chůze s holemi nordic walking.

**Přijďte 17.4. 2015 od 10.30 hodin a nachod'te společně s námi,  
co nejvíce kilometrů pro zdraví.**

Vítáni jsou všichni - děti, dospělí, školáci, maminky s kočárky,  
senioři, rodiny s dětmi, sportovci...

Pokud máte hole nordic walking, vezměte si je sebou.

**Pochod na podporu prevence civilizačních onemocnění**

**Startovné 50,- Kč pro veřejnost**

Startovné zahrnuje minerálku, zapůjčení holí, instruktáž

**Liberecký  
kraj**