

ELPIDA POINT MADRIDSKÁ

Dopolední program v úterý.

Jazyky, pohyb, poradny a přednášky.

Najdete nás ve Vršovicích u Čechova náměstí.

Více informací na telefonu 720 975 454.

ANGLIČTINA

► **mírně pokročilí a pokročilí**

Anglicky hovoří v průměru každý pátý člověk na planetě Zemi. Je tedy příjemné domluvit se s více než miliardou obyvatel. V anglickém jazyce je napsána také více než miliarda webových stránek. Angličtina je do slova všudypřítomná. Výuka jazyků je nejlepší prevencí proti „stárnutí mozku“. Vyučujeme v malých skupinkách max. do 10 studentů. Tempo výuky je přizpůsobeno seniorům.

Cena: 575 Kč / 5 nepřenosných lekcí 90 min., nebo 725 Kč / 5 přenosných lekcí 90 min.

INDIVIDUÁLNÍ PRÁVNÍ PORADENSTVÍ

► **rezervace nutná**

Individuální poradna pro seniory. **Mgr. Alena Pařízková** vám poradí a poskytne informace o vašich právech a povinnostech v oblastech bydlení, dědictví a darování, ochrany spotřebitele, zaměstnanosti, rodinných a mezilidských vztahů, sousedských práv. Půlhodinovou konzultaci můžete využít po předchozím objednání na telefonu nebo e-mailem. **Cena 165 Kč/0,5 hod.**

JÓGA

► **pravidelný kurz**

Jóga je staletími prověřený systém práce s tělem, dechem a myslí, který umožňuje získat a udržet si zdraví, vitalitu, pružnost, sílu, harmonii a klid. Lekce během roku mají své konkrétní zaměření, ale pravidelnou součástí všech hodin je cvičení pro zdravou páteř a klouby, protažení, dechová cvičení a relaxace. Cvičení není náročné - každý cvičí podle svých možností.

Cena: 330 Kč / 5 nepřenosných lekcí 60 min., nebo 385 Kč / 5 přenosných lekcí 60 min.

ADRESA: Elpida POINT, Madridská 9, Praha 10 - Vršovice | www.elpida.cz

V prostorách tanečního studia COOL DANCE | www.cooldance.cz

JAK K NÁM:

TRAM - 4 a 22 zastávka Čechovo náměstí
nebo Vršovické náměstí

BUS - 101, 135 zastávka Slovinská.



Městská
část
Praha 10

Rezervace na telefonu **720 975 454** nebo **[madriska@elpida.cz](mailto:madridska@elpida.cz)**