
PARKINSON KLUB BRNO

PLÁN ČINNOSTI 2016 - 1. pololetí

PRAVIDELNÉ AKCE

1. Rehabilitační cvičení parkinsoniků

Tělocvična

Každý čtvrtek 15.30 - 16.30 hod. (v termínech 14. 1. - 16. 6. 2016)

Tělocvična Sokolu Brno 2, v areálu centra Sport Balkán, Jugoslávská 5, Brno

S sebou: přezůvky, pohodlné oblečení, karimatku

Přístup je bezbariérový

- přímo u tramvajové zastávky č. 9, 3 a pár metrů dál 4, 5, 11
- bezproblémové parkování autem přímo u budovy - zdarma
- možnost osvěžení na baru

Stolní tenis

Každé úterý v klubovně Spartaku Slatina, Tuřanka 1, Brno

9.00 - 11. 30 hod. (v termínech 5. 1. - 30. 6. 2016)

Spojení:

- trolejbus č. 31 od hlavního nádraží směr Šlapanice, vystoupit na zástavce Přemyslovo náměstí.
- autobus č. 78 ze směru Stará Osada do Olympie, vystoupit na zástavce Přemyslovo náměstí ve Slatině.

Kontakt: Janko Jačisko, +420 604 271 697

Cvičení v bazénu

Vždy s finanční spoluúčastí zúčastněných členů

1x za 14 dnů 10.00 - 11.00 hod. (v termínech 14.3. - 6.6. 2016)

Fitness centrum Hotel International, Husova 16, Brno (částečná úhrada) Změna vyhrazena!

Bowling

Zahájení 11. 1. 2016, následně vždy za 14 dní, od 14.00 hod.

Bowling Boby Královo Pole, Brno, Sportovní 2a

Kontakt: Libor Jaša, +420 608 113 922

2. Klubová setkání

Pravidelně každou třetí středu v měsíci 14.00 - 17.00 hod., zahájení 20. 1. 2016
Budova Diecézní rady CČSH v Brně, Česká 31, (vedle drogerie Jasmín)
3. patro - výtahem, místnost SETKÁVÁNÍ (přístup je zcela bezbariérový)

3. Odborné lékařské přednášky

(dle dohody s přednášejícím lékařem - listopad 2016)

4. Kulturní akce

Návštěva divadelních představení - aktuálně dle nabídky, zejména Národního divadla Brno, Městského divadla Brno, kulturní akce pořádané Nadací zdraví pro Moravu, vycházky, akce pořádané spřátelenými regionálními kluby a další.

L E D E N

5. 1. 2016 (úterý, 9.00 hod.) zahájení tréninku stolního tenisu

14. 1. 2016 (čtvrtek, 15.30 hod.) zahájení cvičení v tělocvičně

20. 1. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE

Program: seznámení se s plánem činnosti na 1. pololetí 2016

Ú N O R

17. 2. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE

Program: výroční členská schůze PKB

- zpráva o činnosti v roce 2015
- zpráva o hospodaření v roce 2015
- ohlédnutí za rokem 2015 ve fotografii

B Ř E Z E N

5. 3. 2016 (sobota, 10.00 hod.) procházka - KVETOUČÍ ORCHIDEJE - prohlídka skleníku
Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

14. 3. 2016 (pondělí, 10.00 hod.) Zahájení rehabilitačního cvičení v bazénu

16. 3. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE (program se připravuje)

? 3. 2016 (sobota, 15.00 hod.) Vycházka „Koniklecová zahrádka na Kamenném vrchu“
Exkurze po přírodní rezervaci, zahájení v 15.00 hod. na zastávce Koniklecová
MHD č. 26 a 50

D U B E N

2. 4. 2016 (sobota) II. ročník POHÁRU ČR v Poděbradech

9. 4. 2016 (sobota) 5. výstup na hrad Špilberk v rámci 18. výročí založení PKB
a 21. výročí založení SPOLEČNOSTI PARKINSON, z. s.
u příležitosti SVĚTOVÉHO DNE PN

11. 4. - 17. 4. 2016 Ozdravný pobyt - Lázně Hodonín

20. 4. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE (Program se připravuje)

23. 4. 2016 Jarní turnaj v bowlingu

24. 4. 2016 (neděle, 10.00 hod.) - vycházka JARO V ZAHRADĚ
V rámci akce pořádá Klub skalničkářů prodejní výstavu skalniček
Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

25. 4. 2016 Rehabilitační cvičení v bazénu

K V Ě T E N

9. 5. 2016 (pondělí, 10.00 hod.) Rehabilitační cvičení v bazénu

18. 5. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE (program se připravuje)

21. 5. 2016 (sobota, 10.00 hod.) procházka „Výstava IRIS 2016“
Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

23. 5. 2016 (pondělí, 10.00 hod.) Rehabilitační cvičení v bazénu

28. 5. 2016 (sobota, 9.00 hod.)

*Memoriál Luboše Vernerera - 2. klubová soutěž ve stolním tenise
Klubovna stolního tenisu Spartak Slatina, Tuřanka 1, Brno*

Č E R V E N

6. 6. 2016 (pondělí, 10.00 hod.) Závěrečné rehabilitační cvičení v bazénu v 1. pololetí

10. 6. 2016 (pátek, 10.30-11.30 hod.) Psychomotorické hry, Fakulta sportovních studií,
Univerzitní kampus Bohunice, tělocvična č. 118
S sebou: pohodlné oblečení a přezuvky

22. 6. 2016 (středa!, 11.00 hod.) BUKOVINSKÝ POHÁR - 8. ročník

- odjezd z Brna společný v 9.15 hod. Stará osada
- sraz v 10.30 hod. v hospůdce Nad Rakovcem v Bukovince - oběd
- soutěžní disciplíny: stolní tenis, hod na koš, šipky, Petanque aj.

Dobrotky si přivezeme.

15. 6. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE (program se připravuje)

16. 6. 2016 (čtvrtek) Poslední cvičení v tělocvičně

28. 6. 2016 (úterý) Ukončení tréninku stolního tenisu

PRÁZDNINOVÉ AKCE

30. 7. 2016 (sobota) ČESKÁ PARKINSONIÁDA v Dubňanech

Z Á Ř Í

12. 9. 2016 (pondělí, 10.00 hod.) Zahájení rehabilitačního cvičení v bazénu,
pak vždy jednou za 14 dnů do 5. 12. 2016 včetně

13. 9. 2016 (úterý, 9.00 hod.) Zahájení tréninku stolního tenisu

15. 9. 2016 (čtvrtek, 15.30 hod.) Zahájení rehabilitačního cvičení v tělocvičně

19. 9. 2016 (pondělí, 14.00 hod) Zahájení tréninku bowlingu

21. 9. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE
Program: Beseda s Ing. Naďou Eliášovou - ENERGY pro zdraví

Ř Í J E N

8. 10. 2016 (sobota, 10.00 hod) Výstava BARVY PODZIMU, vycházka

Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

19. 10. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE
Program: vzpomínky na uplynulý půlrok - vyprávění, prezentace, fotografie

22. 10. 2016 **3. Sportovní den - Velké Němčice**

L I S T O P A D

5. 11. 2016 (sobota, 10.00 hod.) **Výstava „Kvetoucí orchideje - prohlídka skleníku“ a**
vycházka

Arboretum Mendelovy zemědělské a lesnické univerzity v Brně,
ulice generála Píky, naproti zastávky Bieblova, tramvaj č. 9

?? .11. 2016 (středa, 14.00 hod.) Odborná lékařská přednáška (program se připravuje)
Tř. Kpt. Jaroše 1922/3, Brno, Židovská obec, zvonit na zvonek Recepce

23. 11. 2016 (středa, 14.00 hod.) KLUBOVÉ ODPOLEDNE
Program: Cvičení jemné motoriky

P R O S I N E C

5. 12. 2016 (pondělí) Ukončení cvičení v bazénu

14. 12. 2016 (středa, 14.00 hod.) ADVENTNÍ SETKANÍ – loučení s rokem 2016

(poslední klubové setkání v roce 2016)

Místo a program bude upřesněn

15. 12. 2016 (čtvrtek, 15.30 hod.) Ukončení cvičení v tělocvičně v roce 2016

(poslední klubové setkání v roce 2016)

20. 12. 2016 (úterý, 9.00 hod.) Poslední trénink stolního tenisu v roce 2016

Klubové odpoledne 21. 12. 2016 se N E K O N Á !!!

Plán bude průběžně doplňován o návštěvy divadelních představení, vycházky a podobně, dle aktuální domluvy.

PŘIJĎTE POTĚŠIT SEBE I NÁS

Za výbor PARKINSON KLUB BRNO
Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně
Podrobnější info: +420 606 145 248



www.parkinson-brno.cz