

Klub R51 plus

Úterý 4. února 2020 od 17.30 hod.,

Sál Beseda

Na Sadech 18, České Budějovice

Večerem vás provede moderátorka
Mirka Nezvalová

Hlavní host: **Šárka Frenclová**



PROGRAM VEČERA

Podaná ruka – Pošli to dál... je nový projekt, který chce oslovit vás, návštěvníky Klubu, a spolu s vámi pomáhat lidem ve vašem okolí. Komu můžeme společně pomoci a jak to celé bude probíhat představí **Ing. Eva Hejduková**.

Nikdy není pozdě... se správně hýbat. Mezi mnohými novoročními předsevzetími často bývá: „Začnu běhat, cvičit, budu víc chodit...“ Co tělu prospívá a co je módní trend? Kde běhat a kdy je důležitější spíš chodit? O pohybu, běhání, cvičení, chůzi nebo i správném sezení si budeme povídat s fyzioterapeutkou **Mgr. Marií Ošmerovou**.

Splnit si svůj sen - Měla se stát učitelkou, ale skončila ve sklepě... :-)
Šárka Frenclová vystudovala Pedagogickou fakultu v Českých Budějovicích, ale místo výuky zpěvu a cizího jazyka ji zlákal svět regionálních médií. Zmíněný sklep byl totiž sídlem první jihočeské soukromé rozhlasové stanice a na nějakou dobu pracovištěm produkční, zprávačky a moderátorky. Pak bylo načase vyzkoušet regionální televizi. A pak zas rádio... Můžeme slíbit povídání plné historek, neočekávaných zvrátů, jazykolamů a vzpomínek na slavné i neslavné okamžiky, lokálně i celoplošně slavné kolegy a kolegyně.

Předpokládaný čas ukončení: 19.30 hod.

Přijďte si užít inspirativní večer do Klubu R51plus.



www.ledaxsenior.cz

www.riegrova51.cz



Tento projekt je spolufinancován
Statutárním městem České Budějovice