



# ČTYŘI PÁTKY PRO ZDRAVÍ S FYZIOTERAPEUTKOU HELENOU JAKUBALOVOU

RODINNÉ CENTRUM,  
NÁDRAŽNÍ 22, ŽAMBERK

**9:30 - 11:00**



**21. října**

**DIASTÁZA**

**4. listopadu**

PREVENCE A LÉČBA  
RESPIRAČNÍCH  
ONEMOCNĚNÍ  
POMOCÍ FYZIOTERAPIE

**25. listopadu**

PÁNEVNÍ DNO  
A CORE SYSTÉM

**2. prosince**

PLOSKA NOHY  
A JEJÍ MASÁŽ

pro rodiče s  
dětmi/nejen

vstupné: 50,-/rodina  
nebo permanentka do herny