

Zariadenie pre seniorov a domov sociálnych služieb Dolný Kubín  
M. Hattalu 2161, 026 01 Dolný Kubín  
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

## SKUPINOVÉ CVIČENIE

12.06.2018

Dňa 12.6.2018 sme si s prijímateľmi sociálnych služieb opäť zacvičili v areáli zariadenia. Pravidelným cvičením sa snažíme u seniorov zlepšovať pohyblivosť a celkovú kondíciu tela. Aj keď počasie ráno nevyzeralo moc dobre, v doobedňajších hodinách sa vyčasil a dusné počasie posledných dní vystriedal príjemný čerstvý vzduch. V skupine sa nám cvičí vždy lepšie a veselšie, a tak sme sa pri cvičení aj príjemne zabavili.

