



Zdravotně  
sociální fakulta  
Faculty of Health  
and Social Sciences

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice



**Úterý 26. listopadu 2024**

Obecní úřad Včelná

## ***Téma setkání: Pohybové a kondiční aktivity v rehabilitaci***

**Lektor:** PhDr. Marek Zeman, Ph.D.

### ***Obsah setkání:***

Co je rehabilitace a fyzioterapie? Jak udržet nebo zvýšit naši tělesnou zdatnost? Představíme si nejčastější kondiční aktivity a vysvětlíme si jejich výhody a rizika. Chcete vědět proč je důležitá rozcvička, chůze, balanční cvičení, pohyb ve vodě nebo třeba tanec? Přijďte si poslechnout prezentaci s promítáním přímo od fyzioterapeuta, který působí v Slatinných lázních Třeboň a zároveň je garantem studijního programu Fyzioterapie na Zdravotně sociální fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích.

*„Tato přednáška byla realizována se státní podporou Technologické agentury ČR v rámci projektu reg. č. TQ01000591 Programu SIGMA.“*