



Nordic walking a funkčné dýchanie - 1. skupina

akademický rok 2025/2026

stredy v čase od 15:00 – 16.20 hod, areál Budatínskeho parku

(20 min. edukácia a 60 min. cvičenie)

max. 18 osôb v skupine, poplatok účastníka: 80 EUR/1 akad. rok, 24 stretnutí,
X (označenie dátumu, kedy sa necvičí kvôli pracovným povinnostiam pani lektorky)

Lektorka: Ing. Mária Zemiaková

	Dátum cvičenia	Dátum cvičenia	Dátum cvičenia	Dátum cvičenia	Dátum cvičenia
Október 2025	8.10.(1)	15.10.(2)	22.10.(3)	X	
November 2025	5.11.(4)	X	49.11. 20.11.(5)	26.11.(6)	
December 2025	3.12. (7,8) (walkovačka)	X	X	X	
Január 2026	X	X	21.1.(9)	X	
Február 2026	X	11.2.(10)	18.2 (11)	X	
Marec 2026	4.3.(12) (končí ZS za 40 eur)	11.3.(1)	18.3.(2)	25.3.(3)	
Apríl 2026	1.4 (4)	X	15.4.(5)	22.4.(6)	29.4. (7)
Máj 2026	6.5.(8)	13.5.(9)	20.5. (10)	27.5 (11,12) (walkovačka)	

Univerzita tretieho veku upozorňuje svojich študentov, že **harmonogram je informatívny**. V prípade neplánovaných udalostí môže dôjsť k zmenám v rozvrhu, o ktorých budú študenti včas informovaní mailom alebo telefonicky a prostredníctvom webovej stránky www.ucv.uniza.sk.

Koordinátorka cvičenia pre seniorov: Ing. Janka Sňahničanová; tel. kontakt: 041/513 5043, 0918/971 108; e-mail: janka.snahnicanova@uniza.sk