



CENTRUM
AKTÍVNEHO
STARNUTIA



FAKULTA TELESNEJ
VÝCHOVY A ŠPORTU
Univerzita Komenského
v Bratislave

DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ 17.10.2026

9:00 OTVORENIE, PRIVÍTANIE, PREZENTÁCIA NOVINIEK 2027

Viktor Bielik, dekan FTVŠ UK, Veronika Tirpáková, vedúca Centra aktívneho starnutia

9:30 VYSTÚPENIE FOLKLÓRNEHO SÚBORU GYMNÍK

9:45 BEZPEČNÉ CVIČENIE DOMA AJ VO VYŠŠOM VEKU

Vetulus, Liga pre seniorov

10:15 TRENDY V MEDZIGENERAČNOM A SENIORSKOM CESTOVANÍ

Martin Slivka, Wellness Hotel Patince ****

10:45 FUNKČNÉ SVALY V KAŽDOM VEKU

Pavel Suchý, Medical EMS

od 12:30 OLYMPIJSKÝ ODZNAK VŠESTRANNOSTI (OLOV) PRE SENIOROV **online rezervácia od 2.10.2026**

Milan Špánik, SOaŠV

od 13:00 TRÉNING VO VIRTUÁLNEJ TELOCVIČNI **online rezervácia od 2.10.2026**

Matej Hudran, FTVŠ UK

10:00-17:00 UKÁŽKOVÉ LEKCIE ZDARMA **online rezervácia od 2.10.2026**

Tanečný workshop (ľudové tance, salsa, bachata), Aquafitness, Silový program, Cvičenie s fyzioterapeutom, Balančný tréning, Pilates, Kardio, Panvové dno, EMS



SLOVENSKÝ
OLYMPIJSKÝ
A ŠPORTOVÝ
VÝBOR



LIGA PRE SENIOROV



REZERVÁCIE na www.active-ageing.sk; max. 2 rezervácie / 1 osoba