

12 týdnů cvičení pro seniory zdarma



VÝZKUM VLIVU POHYBU NA MOZEK A STÁRNUTÍ

Dovolujeme si vám nabídnout účast v našem výzkumu TAIRIS, který zkoumá vliv tanečně-pohybové terapie a úpolových (bojových) her na projevy neurodegenerativních onemocnění.

Kdy bude výzkum probíhat?

- Srpen - prosinec 2022
- Na tanec se můžete těšit od září do listopadu 2022
- Na úpolové (bojové) hry od září do listopadu 2022

Kde bude výzkum probíhat?


- Pavilon K1 ve Fakultní nemocnici Královské Vinohrady (FNKV), Praha 10 (odběry krve a testování paměti)
- Fakulta tělesné výchovy a sportu (FTVS) Praha 6, Veleslavín (měření tělesné kompozice a pohybová intervence)


Kdo se může zúčastnit?

- Věk 65 - 80 let a plynulá čeština
- žádné závislosti (na alkoholu, drogách a lécích)
- žádné předchozí poškození mozku (mozková příhoda, nádor, úraz, operace apod.)
- Nízká pohybová aktivita, ale plně zachovaná mobilita (pohyb možný bez pomůcek)
- Účastníci s poruchami paměti

Co je pro nás důležité?

- Hledáme účastníky s poruchami paměti
- Vaše ochota nechat si odebrat krev, nechat si otestovat paměť před a po cvičení a cvičit ve skupině 3 měsíce 2krát týdně pod dozorem odborníků
- Ochota být i kontrolní skupina (bez cvičení, jen krev a testy)
- Žádná účast v některém z našich předchozích výzkumů

 Pokud splňujete podmínky, přihlaste se na našich webových stránkách www.abadeco.cz/tairis vyplněním registračního formuláře.

 Dotazy směřujte na koordinátorku projektu:
MgA. Hanu Polanskou (hpolanska@ftvs.cuni.cz)
nebo na telefon 725 521 803)

Děkujeme za váš zájem o náš výzkum a těšíme se na vás



Více informací na: 725 521 803

Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzita Karlova ve spolupráci s Fakultní nemocnicí Královské Vinohrady