

Egészségnap



Helyszín:

Sárospataki Végardó Fürdő

3950 Sárospatak, Határ út 2/B.

Időpont:

2019.08.27.

kedd 10.00 -16.00

Sportprogramok:

10.00 - 11.00 Gravity - suspension tréning

11.00 – 12.00 Funkcionális tréning

12.00 -13.00 Cardiovascular

13.00 -14.00 Own Zone tréning

14.00 -15.00 Sporttáplálkozás tréning

Egyéb programok:

10.00 - 14.00 Zenés mozgásfejlesztő programok

10.00 – 14.00 Gyerekeknek játékos mozgásprogramok Kid –fit trénerrel

10.00 -16.00 Vetélkedők az egészségtudatosság jegyében

13.00 – 15.00 Életmódfejlesztő tréning Szabó Teréz ökölvívó helyi sport példakép bemutatásával

14.00 Ökölvívó bemutató

További kísérőprogram:

- Testzsír – BMI szűrés
- Vérnyomásmérés
- Vércukormérés
- Koleszterinszint mérés



*A rendezvényen való részvétel
mindenki számára biztosított és
térítésmentes !*

További információ:

Sárospatak Város Rendelőintézete
Egészségfejlesztési Iroda
3950 Sárospatak, Comenius u. 20.

Tel.: 0647/513-110/141

Email: efiuroda@spvri.hu

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE