

Kakšna je moja telesna zmogljivost?

Udeležite se občinskega preizkusa hoje, kjer boste:

- pod strokovnim vodstvom opravili preizkus hoje za ugotavljanje telesne zmogljivosti.
- prejeli vam prilagojeno priporočilo za gibanje, s katerim boste lahko učinkovito okrepili in izboljšali vaše zdravje.

Izvajalec: **Center za krepitev zdravja Laško**

Datum: **22.5.2024 med 12.30 in 15.00**

Lokacija: **Pivnica Savinja (Laško)**

Kontakt: **03 734 36 58**

Pridite športno oblečeni in obuti. Preizkus je brezplačen.



<150 minut

Poskusim najti priložnosti za gibanje vsak dan.

S svojimi aktivnostmi dobro vzdržujem svoje zdravje!

150 minut

300 minut

Več gibanja izboljšuje moje zdravje!

Udeležite se brezplačnih aktivnosti za krepitev zdravja in izkoristite strokovno podporo v vašem zdravstvenem domu:

www.skupajzazdravje.si

