

PREIZKUS HOJE NA DVA KILOMETRA



Znanstvene raziskave kažejo, da lahko pol ure zmerne gibanja dnevno pomembno izboljša vaše zdravje in vas ohranja aktivne.

Zdravstveno vzgojni center Zdravstvenega doma Metlika vas vabi na preizkus hoje na dva kilometra, ki bo **30. septembra 2017 med 8.30 in 10.00** na igrišču izza Beti.

V primeru slabega vremena bo preizkus 6. oktobra 2017 med 16.00 in 17.30 na isti lokaciji.

Vzemite si pol ure časa samo zase in preverite svojo telesno pripravljenost. Za večjo motivacijo in dobro voljo, s seboj pripeljite še ostale družinske člane!

Bodite športno oblečeni in obuti.

Za dodatne informacije pokličite tel. št. 07/ 36 91 423.

Veselimo se srečanja z vami!