

NORDIC WALKING pro ZDRAVÉ MĚSTO



se koná **11. 6. 2011 od 13 hodin**
v Třebíči na Podzámecké nivě.

Druhý ročník Nordic Walking pro Zdravé město je určen všem, kteří chtejí na svém zdraví pracovat, preferují prevenci, potřebují motivaci, inspiraci, pomoc odborníků a jejichž cílem jsou dny, kdy si mohou říci: Ve svém těle cítím se skvěle!

Připraveny jsou následující pohybové aktivity

- Nordic walking – Priessnitz walking
- Dýchání pro uvolnění a relaxaci
- Jóga
- Bříšní tance
- Break dance
- Zumba

Pohybové aktivity budou probíhat ve formě cca 15. minutových workshopů, kdy si každý bude moci vyzkoušet, co bude chtít.

Konzultace a poradenská činnost

- Zdraví – diagnostický přístroj kardivar
- Dietologie, nutriční terapie
- Zdravé bydlení – stavební medicína, feng shui
- Měření tlaku, tuku a cukru v krvi
- Konzultace s lékaři

Kulturní program

- Taneční a pěvecká vystoupení
- Rozhovory s lékaři
- Aqua zorbing
- Ochutnávka lokálních a doma vyrobených produktů
- Pro děti jsou připraveny zábavné atrakce a soutěže o zajímavé ceny
- Bohatá TOMBOLA

— Partneri —



Fairtrade káva
Pomáhá chránit duševní právo



Více informací: +420 777 886 128, info@nordicmorava.cz

www.nordicmorava.cz

Nordic walking
CENTRUM MORAVA