

Zaczynij nowe, zdrowe życie - Młodzieżowa Rada Miasta zaprasza

16-02-2023



Młodzieżowa Rada Dzierżoniowa i Fitness Club Piękni i Zdrowi zapraszają młodych i starszych mieszkańców na Productiviti & Health. To sposób na zaczęcie "nowego", zdrowego życia.

Podczas spotkania będzie się można dowiedzieć jak zachować zdrową relację pomiędzy umysłem a ciałem, jak poradzić sobie z domowymi masażami i jakie są sekrety najzdrowszej diety. Uczestnicy będą mogli także odbyć trening z z profesjonalnymi trenerami i skorzystać z Fix Cateringu.

Zapraszamy 4 marca do Fitness Club Piękni i Zdrowi, ul. Parkowa 4h, o godzinie 13.00.

Wstęp jest bezpłatny. Rejestracja

□ wstęp bezpłatny, rejestracja odbywa się przez stronę internetową
<https://forms.gle/efQLm6H6b2CGUa236>

Wydarzenie organizowane jest przy współpracy z :

- Fundacją "Merkury"

- Piękni i Zdrowi
- Fix Catering- catering dietetyczny
- Sandra Stachowska Pomoc psychologiczna, diagnoza, terapia
- Dzierżoniów Nastraja Pozytywnie



MŁODZIEŻOWA RADA
DZIERŻONIOWA

PRODUCTIVITY & HEALTH

4 MARCA START: 13.00

"PIĘKNI I ZDROWI"

"JAK ZACHOWAĆ ZDROWĄ RELACJĘ
POMIĘDZY CIAŁEM A UMYSŁEM?"

"DOMOWE MASAŻE - ZRÓB TO SAM!"

"PARĘ KROKÓW DO SUKCESU, CZYLI O
SEKRETACH NAJLEPSZEJ DIETY..."

DODATKOWO: TRENING Z
PROFESJONALNYMI TRENERAMI!

