

Nyitott tanodai program: Családi sportnap 2018.02.22.

A rendezvényt egy az „egészséges életmód” teszt kitöltése után ismertetésre került előadók által az egészség, a mozgás témaköre, a rendszeres sportolás jelentősége. Ezen kívül a sport, a táplálkozás és a mozgás egészségre gyakorolt hatásairól is szó volt. Sor került a délután folyamán ping-pong és sorversenyekre, majd a testünk és a sport című kiselőadásra. Megtudhattuk a helyi sportolási lehetőségeket, valamint, hogy milyen testalkattal, fizikai erőnléttel kinek, milyen sportághoz kellene közelíteni. Célunk volt, hogy a résztvevők ismerjék meg a sportolási lehetőségeket, hogy milyen mozgásformát kinek érdemes művelni. Melyik sportolási lehetőség kinek ajánlott. A sportolás miben és hogyan segít szervezetünknek az egészség megőrzésében.



EFOP-3.3.1-16-2017-00026

„Továbbra is kapjanak ők is egy esélyt!”

Koinonia Sátoraljaújhelyért és Zemplénért

Baráti Közhasznú Egyesület

Cím: 3980 Sátoraljaújhely, Bajza u.30.

Telefon: +36/70-501-9284

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE