



SPORT- ÉS EGÉSZSÉGDÉLUTÁN A PÉCSI POSTAPALOTÁBAN

Szeretettel meghívunk minden érdeklődőt a

2018. április 7-én

megrendezésre kerülő sportdélutánunkra. Aki szeretne kicsit mozogni, jókedvűen feltöltődni, egészséggel kapcsolatos információkkal gazdagodni, köztünk a helye.

Helyszín:

Pécs 1-es posta aulája (Pécs, Jókai utca 10.)

Programok:

- 13:30 Táplálkozás és életvitel – interaktív előadás
 - előadó: Falusy Balázs személyi tréner
- 14:30 Zumba és piloxing - csoportos mozgás
 - instruktork – Szengyörgyvári Balázs Zumba, Piloxing, World jump tréner
- 15:45 Tartásunk javítása – munkahelyi gyakorlatok
 - instruktork – Miklósné Vértes Gabriella munkavédelmi szakértő

Egyéb tudnivalók

Amire szükséged lesz: bármilyen kényelmes ruha, sportcipő, amiben jöhetsz, de átöltözésre is van lehetőség. Továbbá törölköző és ásványvíz.

A rendezvény a DPSE tagjai részére ingyenes, a többi vendégünk számára a belépő 300 Ft, amit a helyszínen lehet fizetni.

Részvételi szándékodat április 3-ig kérlek jelezd:

Molnár Ágota: 30/772-2202, molnaragota@posta.hu

Némethné Virág Bernadett: 30/771-4455, Nemethne.viragbernadett@posta.hu

Várunk szeretettel!