



AZ EFI SZENTGOTTHÁRDI IRODÁJÁNAK SZERVEZÉSÉBEN

GYALOG MAGYARLAKON

CÍMMEL ISMÉT **10 ALKALMAS MOZGÁSPROGRAM** INDUL,
MELYNEK CÉLJA A FIZIKAI AKTIVITÁS MEGŐRZÉSE, JAVÍTÁSA
90 PERC IDŐTARTAMÚ GYALOGTÚRÁKKAL,
FALUNK HATÁRAIN BELÜL ÉS EGY KICSIT AZON TÚL IS.

ELSŐ ALKALOM:

2020. JÚNIUS 9.

18:30 - 20:00-IG

KÖZEPES INTENZITÁSI SZINTŰ CSOPORT
HETI 2 ALKALOM, KEDDI ÉS PÉNTEKI NAPOKON

KIINDULÓPONT: MAGYARLAK, FOCIPÁLYA
KÉNYELMES CIPŐ ÉS RUHÁZAT, FRISSÍTŐ SZÜKSÉGES!
ROSSZ IDŐ ESETÉN A PROGRAM ELMARAD ILL. HALASZTÓDIK!



TOVÁBBI INFORMÁCIÓ: IFJ. TÓTH MÁRTONNÉ (GABI) TEL.: 06 20 324 1518