

DNY PREVENCE 2017

Pohybová aktivita = prevence i lék

Podzimní akce s VŠTJ Medicina Praha

Sportovní oblečení a obuv s sebou. Není nezbytné se předem přihlašovat.

- 30. 10.** **Nordic walking pochod** | Pankrác | **14–18 hod.**
- 4. 11.** **Den otevřených dveří** | Gymnázium Na Vítězné pláni | (program i pro děti) | **9–17 hod.**
- 14. 11.** **Světový den diabetu Praha** | Karlovo náměstí | **9–18 hod.**
- 20. 11.** **Světový den CHOPN** | Faustův dům | **14–17 hod.**
- 25. 11.** **Den otevřených dveří** | RC Salmovská | **9–17 hod.**
+ **Program pro děti** | Gymnázium Na Vítězné pláni | **8–12 hod.**
- 2. 12.** **Den otevřených dveří** | Gymnázium Na Vítězné pláni | (program i pro děti) | **9–16 hod.**
- 16. 12.** **Den otevřených dveří** | RC Salmovská | **9–17 hod.**
+ **Program pro děti** | Gymnázium Na Vítězné pláni | **8–12 hod.**

AEROBNÍ MÍSTNOST – cvičení pod dohledem instruktora s možností měření krevního tlaku a glykemie

POSILOVNA – kruhový trénink, cvičení pro seniory a pacienty s osteoporózou

NORDIC WALKING – možnost zapůjčení holí

WORKSHOPY – nutriční, fyziologie

MĚŘENÍ SLOŽENÍ TĚLA – na přístroji InBody s interpretací výsledných hodnot

KONZULTACE S ODBORNÍKY – nutriční terapeut, fyzioterapeut, lékař

Více informací o programu jednotlivých akcí bude upřesněno na www.preventivnidny.cz



VŠTJ MEDICINA PRAHA
pohyb je lék na všechny nemoci



**VŠEOBECNÁ
ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNA
ČESKÉ REPUBLIKY**

