

Sobota, 21.9., od 8.30 do 12.00.

Športni park Nova Gorica (na stadionu)
STOJNICA CENTRA ZA KREPITEV ZDRAVJA

- Meritve krvnega tlaka in sladkorja.
- Prikaz samopregledovanja dojk in mod na modelu.
- Merjenje telesne mase s "pametno" tehtnico
- Tehnike sproščanja in čuječnost.
- Testiranje telesne pripravljenosti (2 min test stopanja ali 6 min test hoje).
- Predstavitev nordijske hoje.

Z vami bodo medicinske sestre, fizioterapevtke, psihologinje, kineziolog in dietetičarka Centra za krepitev zdravja Nova Gorica!

V primeru dežja dogodek odpade!