**AKTIVNE POLETNE URICE**



**Center za krepitev zdravja Šentjur** bo na **bazenu Šentjur**, v času poletnih počitnic, poskrbel za aktivno dogajanje. Preventivne aktivnosti bodo potekale med **10.00 in 12.30.**

Za več informacij nas lahko pokličete na telefon **03 746 24 50**.

|  |  |
| --- | --- |
| DAN: |  AKTIVNOST: |
| Petek, 2.8. | Varno na sonce in v vodo Tehnike sproščanja |
| Ponedeljek, 5.8. | Varno na sonce in v vodoZačuti svoj utripVadba za zdravo hrbtenico |
| Sreda, 7.8. | Varno na sonce in v vodo Tehnike sproščanjaVadba za zdravo hrbtenico |
| Petek, 9.8. | Začuti svoj utripKotiček zate |
| Ponedeljek, 12.8. | Varno na sonce in v vodoTehnike sproščanja |
| Sreda, 14.8. |  Kotiček zateVadba za zdravo hrbtenico |
| Ponedeljek, 19.8.  | Vadba za zdravo hrbtenicoZačuti svoj utrip |
| Četrtek, 22.8. |  Gibalna urica Začuti svoj utrip |
| Petek, 23.8. |  Gibalna urica  Začuti svoj utrip |
| Ponedeljek, 26.8. |  Vadba za zdravo hrbtenico Tehnike sproščanja |
| Četrtek, 29.8. | Vadba za zdravo hrbtenicoGibalna urica |
|  |  |

****

**Pridružite se nam - skupaj smo močnejši!**