

MOZGÁSSAL, EGÉSZSÉGESEBBEN, KÖZELEBB A TERMÉSZETHEZ

# CSALÁDI LOVASNAP

## A VÁSÁRTÉREN

2015. április 25. (szombat), 14.00-17.00 óra

A MAKÓI KISTÉRSÉG EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI IRODA A MAKÓI LOVAS EGYESÜLET KÖZREMŰKÖDÉSÉVEL CSALÁDI LOVASNAPOT SZERVEZ A VÁSÁRTÉRI LOVAS PÁLYÁN. AZ ESEMÉNYEN A FELNŐTTEK KIPRÓBÁLHATJÁK VAGY FELELEVENÍTHETIK A LOVAGLÁS ÖRÖMÉT; A GYERMEKEK PEDIG MEGSZEREZHETIK ÉLETÜK ELSŐ LOVAS ÉLMÉNYÉT.

### PROGRAMOK

- Ismerkedés a lovakkal •
- Lovaglás gyermekeknek •
- Lovaglás felnőtteknek •
  - Lovasbemutatók •
- Játszóház (lovacska készítés) •
- Lovaskocsikázás •



### MIÉRT EGÉSZSÉGES A LOVAGLÁS?

- **Fokozza** a medence, a gerincoszlop és a vállak mozgékonyágát
- **Aktivizálja** vagy lazítja a felegyenesedésért, a gerinc tartásáért felelős izmokat
- **Javítja** a mozgáskoordinációt
- **Fejleszti** az izomerőt
- **Fejlődik** a mozgásérzékelés és a tér tudatosság
- A lóval való kapcsolat lelki harmóniát kölcsönöz, és pozitívan befolyásolja a személyiség fejlődését

A RÉSZVÉTEL  
INGYENES!

VÁRJUK \* ÖNT \* ÉS \* CSALÁDJÁT!

Töltse el együtt, természetes környezetben egy szórakoztató, egészséges, tartalmas délutánt!



HELYSZÍN

VÁSÁRTÉRI LOVAS-PÁLYA  
MAKÓ

\*\*\* TÖVÁBBI INFORMÁCIÓ: WWW.EVP.HU \*\*\*

Makói Kistérség Egészségfejlesztési Iroda

Telefon: 06/62/511-186 | E-mail: efi-mako@evp.hu

Facebook: facebook.com/makoefi

Honlap: www.evp.hu | www.csmekhm.hu



CSONGRÁD MEGYEI  
EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÓ KÖZPONT  
HÓDMEZŐVÁSÁRHELY-MAKÓ



SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE