

# FITT-NAP



**A SZENT ISTVÁN TÉREN  
2015. AUGUSZTUS 22. 9-12 ÓRA**

A Makói Kistérség Egészségfejlesztési Iroda sportprogramokkal és egészségszűrésekkel vár minden érdeklődőt a Szent István téri sportpályán.

## MOZGÁSPROGRAMOK:

- **Aerobic** • **Akrobatikus rock and roll**
- **Body Art** • **Capoeira** • **Cross-tréning** • **Deep Work**
- **Hot Iron** • **Kettlebell** • **Pilates** • **Testépítés** • **Zumba**
- **Zsírétető-Alakformáló torna**

A sportpályán különböző sportversenyekkel (büntető rúgó, büntető dobó és 7-es dobó verseny, családi kötélhúzás) várják az érdeklődőket.

Frissítőt (gyümölcs, ásványvíz) a szervezők biztosítanak.

Sportprogramokkal kapcsolatos információ:

**Kovács Gábor** tel.: **+36 30 337-8958** e-mail: **futo76@gmail.com**

## SZŰRŐPROGRAMOK:

- **Testzsír- és vérnyomás-mérés**
- **Vércukor- és koleszterin-mérés**
- **Testsúly- és testmagasság-mérés, BMI-számítás**
- **Dohányosoknak CO-mérés** • **Csontsűrűség rizikó-szűrés**

Azok a 45-65 év közötti hölgyek, akik rendelkeznek ÁNTSZ behívó levéllel, emlőszűrésen vehetnek részt a szűrőbuszon.

Szűrőprogramokkal kapcsolatos információ:

Makói Kistérség Egészségfejlesztési Iroda

**+36 62 511-186** | **efi-mako@evp.hu**

**www.evp.hu**