Občina Dobrovnik
Dobronak Község

MEGHÍVJUK ÖNT

AZ EGÉSZSÉGNAPOK 2019 RENDEZVÉNYRE

»Kerékpározzunk a tavaszba«

Csütörtök, 2019. 4. 11-én

Kérékpár Központ Murania - Lendva - Göntérháza - Bakonaki-tó, Dobronak (20 km)

PROGRAM

A kerékpárosok gyülekezője és indulási helye:

15.30-16.00 Kerékpár Központ Murania, Csente
16.15 Lendva, a Trojica vendéglő előtt
16.45 Göntérháza, parkolóhely az üzlet előtt
17.00-17.30 Dobronak, Bakonaki-tó

15.30-16.00 Kerékpár Központ Murania
- A kockázati tényezők mérése (vérnyomás és viszcerális zsír)

16.00-18.30 Dobronak, Bakonaki-tó
- Nordic walking-északi gyaloglás (a gyalogláshoz szükséges botokat a helyszínen biztosítjuk)
- Gyakorlatok a jó közérzetért
- A kockázati tényezők mérése (vérnyomás és viszcerális zsír)
- Társalgás

A Murania Kerékpár Központban lehetséges a kerékpárkölcsönzés. Előre kell rezerválni a 051 631 054 tel. Számon, vagy a klavdija.zalman@nijz.si e-mail címen.
Az eseményen mindkét irányba biztosítunk fuvart és a kerékpárok szállítását is.

A rendezvényen a biztonságért felelősséget nem vállalunk!
Az esemény alkohol fogyasztása nélkül zajlik.