|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| ŻYJĘ ZDROWOW GMINIE ŻUKOWOUwaga Panie i Panowie, którzy chcą zrzucić zbędne kilogramy.Ruszają nabory do projektu sportowo – zdrowotnego. Cel - zredukowanie wagi ciała o 10 proc. przez trzy miesiące wspólnych ćwiczeń, wsparciu dietetyka i specjalistów od zdrowego stylu życia, zamiana tkanki tłuszczowej w tkankę mięśniową, wsparcie grupy ludzi borykających się z tym samym problemem. To wszystko w ramach programu „Żyję zdrowo w gminie Żukowo”. Warunkiem uczestnictwa jest wiek pomiędzy 35 a 60 rokiem życia oraz wartość BMI 25 i powyżej.    |
|   |

    |  |

|  |
| --- |
| REKRUTACJA 03.02 -12.02.2025CZAS TRWANIA PROGRAMU 05.03.2025-30.05.2025MIEJSCE OBIEKTY SPORTOWE GMINY ŻUKOWOSPOTKANIA W ŚRODY 18.30-20.30 SOBOTY 9.00-10.00BADANIA REKRUTACYJNE 15.02-01.03.2025 |
|  |
| ZGLOSZENIA oraz szczegółyKaszubskie Centrum Sportuul. Książąt Pomorskich 30Żukowotel. +48 731-809-002+48 533-944-431e-mail: j.drazek@okis-zukowo.plkcs@okis-zukowo.pl |

 |