

Az egészségmegőrzés egyik alapillére a rendszeres testmozgás.

Ha elmúlt 55 éves és szeretné jobban érezni magát, jó erőnlétnek örüdni, látogasson el hozzánk egy könnyed, családi hangulatú tornára.

A rendszeres mozgás megkönnyíti a mindennapi teendők elvégzését, legyen az bevásárlás, házimunka vagy az unokákkal eltöltött aktív idő.



Mozgásban maradni

Toldy Ferenc Kórház és Rendelőintézet
Egészségfejlesztési Irodája

ingyenes senior tornát szervez Herczeg Petra vezetésével, az 55 év feletti lakosság részére.

Előadások: keddi napokon 9:30 – 10:30
Egészségfejlesztési Iroda

Előzetes bejelentkezés szükséges!

Toldy Ferenc Kórház és Rendelőintézet
Egészségfejlesztési Iroda
2700 Cegléd, Rákóczi út 7

Bejelentkezés:

06 – 30 / 448 – 43 – 31 (H – P 9:00 – 12:00)

