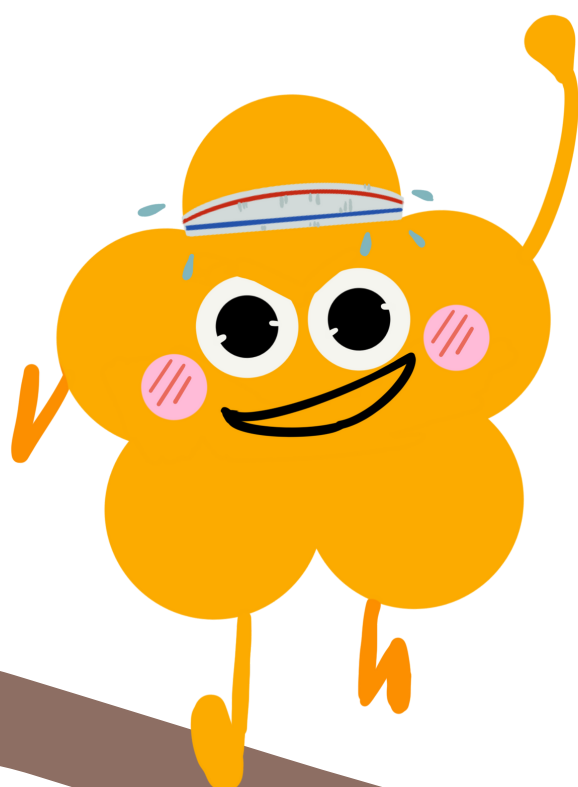


**ZDROWO
i
SPORTOWO**

A MOŻE SPACER?

Spacery mogą być lepszym sposobem zapobiegania chorobom serca niż bieganie



Spacer poprawia nastrój, ułatwia zasypianie i polepsza jakość snu

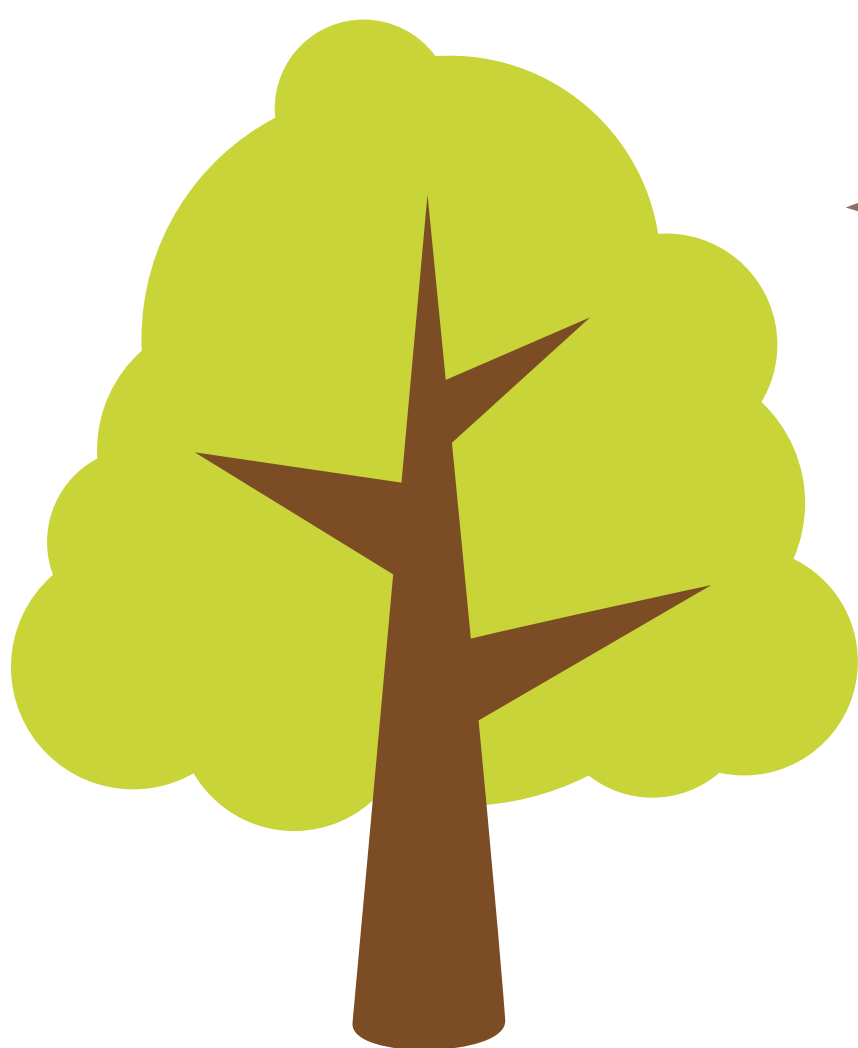
Spacery poprawiają koncentrację i wzmagają kreatywność



Systematyczne spacery redukują stres



Poprawiają relacje i wzmacniają więzi między osobami, które wspólnie wykonują taką aktywność



Patronat Honorowy



Ministerstwo
Kultury
Dziedzictwa
Narodowego
i Sportu.



Minister
Edukacji i Nauki

Patronat merytoryczny



CENTRUM
EDUKACJI
NAUCZYCIELI
W GDAŃSKU

DECATHLON



FOUNDATION
SPORT HAS SO MUCH TO GIVE US
DECATHLON



bliżej
przedszkola



DEV-SOFT

