



**ZDROWO
I SPORTOWO**

zdrowoisportowo.edu.pl

IDZIEMY NA SPACER

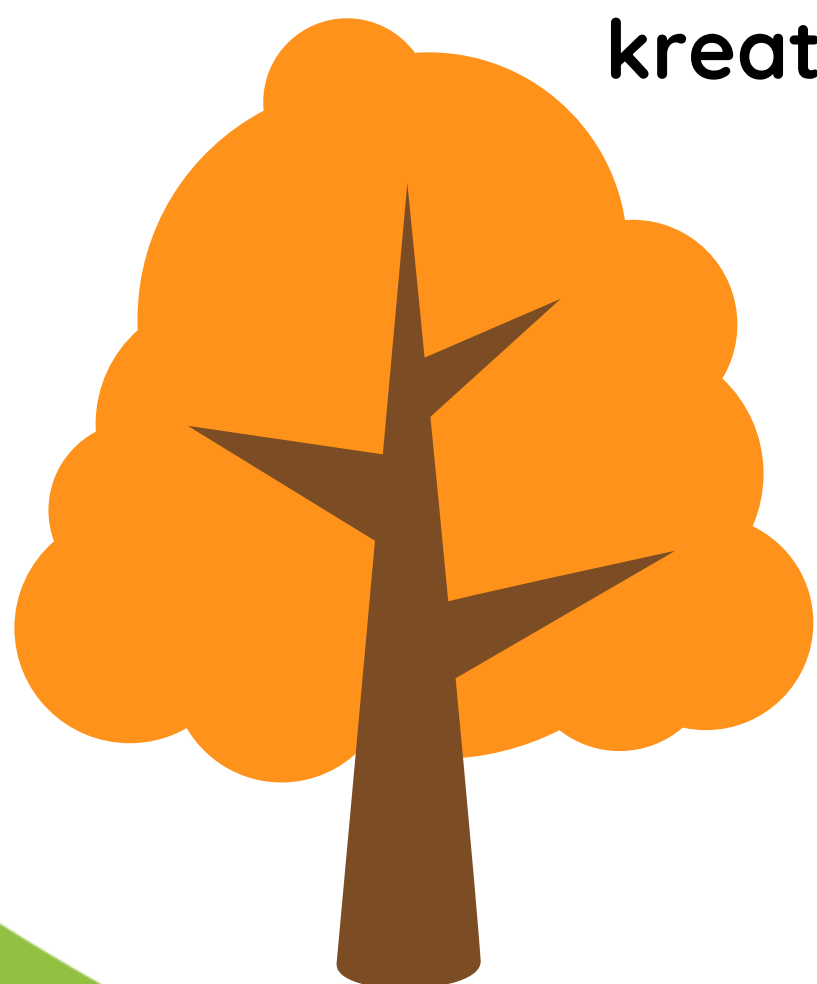
Spacery mogą być lepszym sposobem zapobiegania chorobom serca niż bieganie



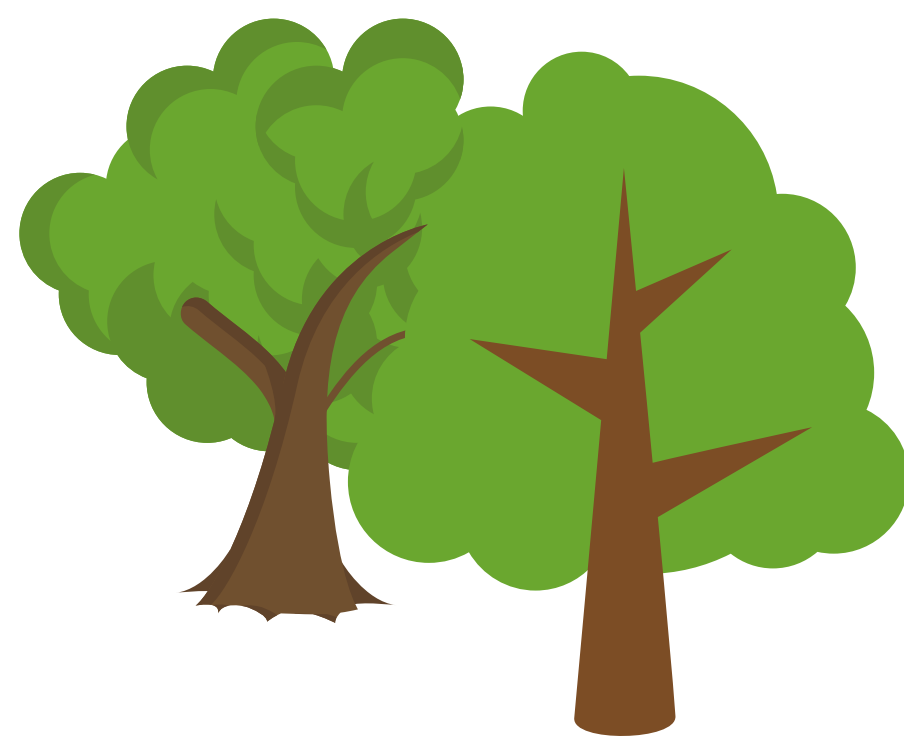
Spacer poprawia nastrój, ułatwia zasypianie i polepsza jakość snu



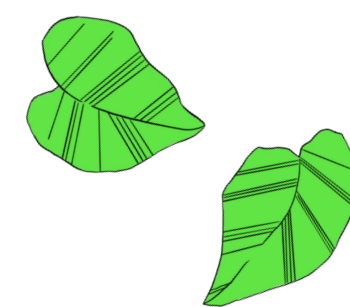
Spacery poprawiają koncentrację i wzmagają kreatywność



Systematyczne spacery redukują stres



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



Patronat Honorowy



Patronat merytoryczny



Organizator

FUNDACJA
CONNECT4KIDS

Partnerzy



Dofinansowane przez
Unię Europejską

