



**Društvo bolnikov s
krvnimi boleznimi Slovenije**

Slovenska cesta 30, 1234 Mengeš, Slovenija

2018 / 2019



Preizkus hoje v Laškem



Preizkus hoje na 2 km je enostaven, natančen, varen in ponovljiv test, na katerem s pomočjo tako hitre hoje kot jo zmorete, ne da bi pri tem ogrožali svoje zdravje, izmerijo vašo telesno zmogljivost in vam na podlagi vaših rezultatov svetujejo ustrezno telesno dejavnost ter zdravju prijazno športno vadbo.

Datum:	sobota, 27. 10. 2018
Ura:	ob 9.00
Zbirališče:	pred restavracijo Špica v Laškem
Prevoz do Ljubljane:	osebni prevoz na lastne stroške
Cilj:	preizkus hoje na 2 km pod strokovnim vodstvom*
Pot sprehoda:	hoja po stezah parka Zdravilišča Laško in do gostišča Brezovšek, kjer bo skupinska društvena malica
Čas hoje:	skupno okoli 5 km
Prehrana:	društvena malica ob koncu skupne hoje
Kontakt:	Jožica (070 701 239)

* Preizkus hoje bomo opravili pod strokovnim vodstvom osebja Zdravstvenega doma Laško.

VABLJENI!

Mihaela Uhan, l.r.
Predsednica Društva