



## HODONÍNSKÉ DNY ZDRAVÍ - PILATES, SPINNING I PŘEDNÁŠKY O JÍDLE

**Hodonín** - Nabitý program plný nabídek cvičení pro všechny generace, přednášky, měření krevního tlaku, hladiny cukru a průchodnosti cév v některých lékárnách, relaxace s psychologem, intervalové tréninky v posilovně či jóga nebo pilates, ale i přednáškový program pro školy a školky v Ekocentru Důbrava. To vše si v rámci letošních Dnů zdraví připravily pro zájemce o zdravý životní styl ve spolupráci s tamní radnicí nejrůznější organizace v Hodoníně, a to až do 25. října. Jedinečnou

příležitost vyzkoušet tzv. EMS trénink s intenzivní elektrickou stimulací svalů můžete do 18. října s Bodytec Hodonín. Světový den výživy se zase v rámci Dnů zdraví uskuteční 16. října v hodonínské nemocnici. Dozvíte se tam, jak se zdravě stravovat a připraveny budou pro zájemce také ukázky zdravých pokrmů. Některé hodonínské restaurace se pak do Dnů zdraví připojily tím, že v době obědů nabízí svým zákazníkům v říjnu zdravá meníčka.

**(Rh)**