

TÁMOP-3.1.4-12/2—2012-1207

Tartamfejlesztés—Hegyhát OrIGAMI(K)

EGÉSZSÉGNAP!



Kedves Gyönki Gimnazisták !

A TÁMOP-3.1.4-12/2-2012-1207 program keretében a Hőgyészi Hegyhát Általános Iskola és Gimnázium Tolnai Lajos Gimnáziumi és Kollégiumi Tagintézményében

2014.10.03-án EGÉSZSÉGNAPOT szervezünk.

10.00-10.45	10.50-11.40	11.45-12.30
Egészséges életmód tesztsor	Egészséges életmód tesztsor	Egészséges életmód tesztsor
Gyümölcsbár	Egészségtelen élelmiszerek, egészséget károsító anyagok	Gyümölcsbár
Kidobó	Fitball	Hastánc
Önismereti teszt	Gyümölcsbár	Önismereti teszt
Relaxációs gyakorlatok	Kalandpark	Relaxációs gyakorlatok
Aerobik—Erikával (Body-Fit)	Önismereti teszt	
	Önvédelmi oktatás	
	Relaxációs gyakorlatok	

**10.00-12.30 Gyalogtúra, rossz idő esetén
asztalitenisz, tollaslabda**



SZÉCHENYI 2020


MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE