



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Warsztaty NA SIŁOWNI dla młodzieży - 12.03.2022

Fundacja im. Michalskich zaprasza młodzież 16+ na bezpłatne warsztaty na siłowni w ramach Akademii Active Life w dniu **12.03.2022 r. (sobota) w godz. 10:00-13:00.**

Akademia Active Life to nowy projekt składający się z trzech modułów: RUCH, ODDECH, ODŻYWIANIE, w ramach którego młodzież dowiaduje się w czasie praktycznych warsztatów, jak zadbać o siebie i żyć zdrowo i szczęśliwie.

Na zajęciach odbędą się:

- Rozmowa: „Jak zadbać o siebie w obecnym świecie?”
- Zajęcia praktyczne na siłowni

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/TFHtAb49UX3TkKVU9>



AKADEMIA ACTIVE LIFE

12.03.2022

(SOBOTA)

10:00 - 13:00

- **ROZMOWA** Jak zadbać o siebie w obecnym świecie?
- **Zajęcia praktyczne** na siłowni

JOIN NOW

Formularz zgłoszeniowy
pod linkiem w
komentarzu

“

Wszystko,
co powinniście wiedzieć,
by żyć zdrowo
i szczęśliwie

RUCH

ODDECH

ODŻYWIANIE