

Kampaň zdravo, chutne a aktívne vyvrcholila cvičením



***CVIČILI:** Takto sa končila 6-týždňová kampaň zameraná na zdravý životný štýl.*

Foto: Espira

Bratislavčania športovali

BRATISLAVA – Kalanetikou, pilatesom, aerobikom, ale aj posilňovaním sa v sobotu skončila 6-týždňová kampaň Zdravo, chutne a aktívne zameraná na zdravý životný štýl.

V priebehu kampane sa stovky ľudí dozvedeli, ako

sa zdravo stravovať a ako vylepšiť svoje telo. Mnohí začali vďaka nej chudnúť a navštevovať fitnesscentrá. Poslednou akciou kampane bol sobotňajší Deň pohybu, na ktorom si mohli ľudia vyskúšať rôzne skupinové a individuálne cvičenia. „V zahraničí majú firmy vlastné fitnesscentrá a ľudia tam môžu cvičiť napríklad počas obedových

prestávok, pochopili totiž, že je dôležité starať sa o zdravie zamestnancov,“ vysvetľuje Karol Pecze z fitnesscentra, kde Deň pohybu prebiehal. Podľa neho je na Slovensku ešte stále málo ľudí, ktorí pravidelne športujú. Čoraz populárnejšia kampaň Zdravo, chutne a aktívne by mala ľudí k športu lákať aj budúci rok. (jb)