



Egészségghét

a Szent László Katolikus
Általános Iskolában
2015.
november 9-13.

PROGRAMOK A GYEREKEKNEK:

- előadások, foglalkozások
a következő témakörökben:
méz, egészséges táplálkozás, személyi higiénia,
szexuális felvilágosítás, fogápolás, fogszabályozás
bőrápolás, stressz és stresszkezelés
érzékenyítő, esélyegyenlőségi foglalkozás,
média hatása, konfliktuskezelés- felelősségvállalás
drogok

TOVÁBBÁ

relaxáció hangterápiás eszközökkel, jóga
gyerek pilates, kölyök fitness, aerobic,
Iridium, Oxygen, Sárvár Fürdő
Fitness termeiben órák

Szülőknek és
pedagógusoknak:

JÓGA ÉS RELAXÁCIÓ
LOVÁSZ ADRIENN-nel
november 9. hétfő 17.30 h –19.00 h
Tornaterem (polifoam, takaró szükséges)

PILATES
KAJCSOS TÓTH BETTI-vel
november 10. kedd 17.00 h
Tornaterem (polifoam szükséges)

ALAKFORMÁLÁS
LOVÁSZ ADRIENN-nel

november 10. kedd és
november 12. csütörtök 18.00 h
Oxygen Fitness
Előzetes bejelentkezés Adriennél;
korlátozott létszám miatt

ASZALT GYÜMÖLCS VÁSÁR
november 11. szerda