

Prednáška:

Strava pri sedavom zamestnaní



- **Aké zásady treba dodržiavať aby ste vaše telo udržali fit pri sedavom zamestnaní?**
- **Čomu sa vyhnúť a čo naopak zaradiť do jedálnička?**
- **Čo jesť keď vás prepadne hlad a nemáte čas?**
- **Aké sú správne nápoje pre pracovne vytážených ľudí?**

Kedy a kde?

25.06.2015 v čase 17:00 - 19:00 h

Kuzmányho 3, Piešťany

**Svoju účasť môžete nahlásiť
telefonicky alebo mailom**



tel.: 0915 882 810



e-mail: info@vyzivovestudio.sk



VÝŽIVOVÉ ŠTÚDIO

šport · zdravie · výživa