Zdrowie poprzez sport

Współczesna sytuacja epidemiczna jest wyzwaniem dla każdego systemu ochrony zdrowia. Jest ważnym zadaniem dla instytucji kształtujących zachowania prozdrowotne. Tylko powszechne, świadome i racjonalnie realizowane działania profilaktyki prozdrowotnej (której elementem jest ruch fizyczny) zintegrowane z edukacją społeczną i promocją zdrowego stylu życia mogą skutecznie zapobiec rozprzestrzenianiu się epidemii. Jest to jedyny racjonalny sposób na budowanie naturalnej odporności organizmu. Promocję zdrowia rozumiemy jako tworzenie warunków ułatwiających i zachęcających do prozdrowotnego stylu życia. Mając na uwadze powyższe, a także stosując się do obowiązujących w Polsce obostrzeń oraz zaleceń związanych z wystąpieniem stanu epidemii Covid-19 Adrenalina Fitness, Loft Fitness oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mosinie przygotowały dla Was szeroki wachlarz prozdrowotnych, zorganizowanych zajęć sportowych zarówno dla dzieci, młodzieży i dorosłych. U nas zadbacie o swoje zdrowie w bezpiecznych warunkach, pod fachową opieką wykwalifikowanej kadry w miłej atmosferze.

