

METAMORFOZA

5 kwietnia 2014r. (sobota), godzina 9.00

**Zespół Szkół Licealnych i Zawodowych w Olecku,
ul. Gołdapska 27 (budynek internatu, sala konferencyjna)**

Akcja promująca zdrowy styl życia

Program METAMORFOZY:

- ♦ Edukacja dietetyczna (pomiar wagi i tkanki tłuszczowej, wyliczanie wieku biologicznego) – Dalicja Szuszczyk, psycholog, dietetyk
- ♦ Aktywność fizyczna nie męka a dla zdrowia, radości i przyjemności – Tomasz Zubkiewicz, instruktor personalny
- ♦ Warsztaty kulinarne, kuchnia włoska – Artur Zabokrzycki, kucharz
- ♦ Pokaz makijażu – Aleksandra Łaszczyńska, kosmetyczka
- ♦ Pokaz fryzjerski – Katarzyna Lotkowska, fryzjerka

Prowadzący zajęcia omówią zagadnienia z zakresu dietetyki i zdrowego stylu życia oraz odpowiedzą na pytania uczestników.

Uczestnikom METAMORFOZY zostaną również zaoferowane w późniejszych terminach zajęcia z aktywności fizycznej: nordic walking, aerobik wodny, zumba gold.

Chętnych do udziału w zajęciach, ze względu na ograniczoną ilość miejsc prosimy o wcześniejsze zgłoszenie telefoniczne 87 5202475.

Organizatorzy:



Sponsorzy, Partnerzy:



STUDIO KREACJI WIZERUNKU