"Bezpiecznie i z dystansem" - LOW NFZ wraz z partnerami: Street Army oraz IV LO w Zielonej Górze propaguje aktywność fizyczną na placu do street workoutu w Parku Piastowskim

Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ wraz z grupą Street Army oraz młodzieżą z IV LO "Lotnik" w Zielonej Górze rozpoczął akcję mającą na celu propagowanie aktywnosci fizycznej na świezym powietrzu. Korzystajac z placu do street workoutu w Parku Pastowskim młodzież pod okiem profesjonalnego fizjotrenera Bernarda Barskiego dała z siebie 100% chęci i energii do ćwiczeń. Wydarzeniem tym LOW NFZ wraz z partnerami pokazuje jak w sposób bezpieczny i z zachowaniem odpowiedniego dystansu uprawiać sport w otwartej przestrzeni. Wysilek i zmęczenie opłaciło się uczestnikom treningu, nie tylko poruszali się oni w pięknym otoczeniu zieleni, ale również dowiedzieli się jak prawidlowo kontrolowac oddech podczas cwiczeń oraz jak trenować opierając się na pracy z własną masą ciała. Park Piastowski, plac do street workoutu Zielona Góra, 14.09.2020r. Relację z wydarzenia znajdziesz na : twitterze LOW NFZ oficjalnym profilu Instagram LOW NFZ relacja na TVP3 Gorzów Wlkp artykuł w Gazecie Lubuskiej relacja na portalu zielonogora-naszemiasto.pl