

Aktív Alternatívák Jugyus Családi Mikulás Sportnap 2013. november 30., 10-15 óra SZTE JGYPK Topolya sori Sportcsarnok

A PROGRAMOK 10 ÓRÁTÓL

- ➔ 10:00 Közös bemelegítés
- ➔ 10:15-től játékos / sportos feladatok családoknak

SPORTBEMUTATÓK ÉS SPORTOLÁSI LEHETŐSÉGEK

- ➔ Fitball
- ➔ Capoiera
- ➔ Step aerobik
- ➔ Gymstick
- ➔ Nordic walking
- ➔ Turul
- ➔ Kötélmászás
- ➔ Gördeszka

MÉRÉSEK, SZŰRÉSEK, VIZSGÁLATOK

- ➔ vérnyomás mérés
- ➔ vércukorszint mérés
- ➔ testzsír % mérés
- ➔ koleszterin szint mérés
- ➔ BMI kiszámítás
- ➔ Inbody

MODELLEK, MAKETTEK

- ➔ Bórrák modell
- ➔ Magas vérnyomás modell
- ➔ Artéria modell
- ➔ Fogápolási modell
- ➔ Szaporodás modell
- ➔ Ambu Baba
- ➔ Dohányzó Zsuzsi

SZEMLÉLTETŐ ESZKÖZÖK

- ➔ Öregségi szimulátor
- ➔ Fogak
- ➔ Terhesség
- ➔ Szülés
- ➔ Szoptatás
- ➔ Magas vérnyomás
- ➔ Az emberi szem
- ➔ Emésztőrendszer
- ➔ Mellőnvizsgálati Modell
- ➔ Hereőnvizsgálati Modell

KREATÍV SAROK

- ➔ Arcfestés
- ➔ Lufihajtogatás
- ➔ Készség és képességfejlesztő játékok kicsiknek és nagyoknak
- ➔ Ügyességi és mozgásfejlesztő játékok kicsiknek és nagyoknak

13:00 Csiga Duó koncert
14:30 Eredményhirdetés

**Kapcsolat /
Bővebb információ /
Előzetes regisztráció:**

info@aktivalternativak.hu
www.aktivalternativak.hu

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

A program az „Aktív Alternatívák” című pályázati program (Pályázati azonosító: TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-1238) „A családi életre való felkészülést támogató programok megvalósítása” témakörben valósul meg.