

# RENDSZERES TESTMOZGÁS

**OSLI, 2019. SZEPTEMBER 2.**

2019. szeptember 2-án került megrendezésre a harmadik mozgásprogram, az EFOP-1.5.3-16-2017-00008 számú, „Humán erőforrások és szolgáltatások térségekközi fejlesztése Kapuvár mikrokörzetében” című projekt keretében. A program az Általános Iskola (9354 Osl, Rákóczi Ferenc utca 7.) tornatermében valósult meg, 17:00 órai kezdettel.

A gyógytorna Németh Réka gyógytornász vezetésével valósult meg. A gyakorlatokat javarészt széken ülve végezték, többek között fej-, kar-, és lábgyakorlatok kerültek elvégzésre, melyekkel a résztvevők bemelegítették izmaikat. A gyakorlatsor végét a szék mögé állva végezték, végtagjaikat lenyújtva és ellazítva.



**Meghívó:  
Gyógytornára!**

*„A rendszeres, életvitelszerűen megjelenő testmozgás támogatása – Szabadidősport népszerűsítése”  
témában*

**Németh Réka**  
gyógytornász vezetésével Osl Községi Önkormányzat  
mozgásprogramot szervez.

**Időpont: 2019. szeptember 2. 17:00**  
**Helyszín:**  
**9354 Osl, Rákóczi Ferenc utca 7.**  
**Általános Iskola Tornaterme**

Sok szeretettel várunk minden  
kedves érdeklődőt!

**SZÉCHENYI 2020**

  
MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A program  
A „Humán erőforrások és  
szolgáltatások térségekközi fejlesztése  
Kapuvár mikrokörzetében” című  
EFOP-1.5.3-16-2017-00008 sz.  
projekt keretében valósul meg.







