



MEDICOVER
SPORT

AKTYWNE FERIE W MIEŚCIE Z MEDICOVER SPORT

medicoversport.pl

Nie trzeba wyjeżdżać w góry ani czekać na idealną pogodę - aktywne ferie można zaplanować także blisko domu. Dla dzieci aktywność to przede wszystkim zabawa i przygoda. Dlatego zimą najlepiej sprawdzają się formy ruchu, które angażują całe ciało, pobudzają wyobraźnię i dają dużo frajdy:



zajęcia na basenie



tory przeszkód i ćwiczenia
ogólnorozwojowe



lodowiska - kryte
i sezonowe



zajęcia prowadzone
w formie gier i wyzwań



ścianki wspinaczkowe
i sale gimnastyczne

Wszystkie te aktywności znajdziesz w Medicover Sport w ramach **pakietu Junior**, stworzonego z myślą o dzieciach i młodzieży. To przestrzeń, w której ruch jest naturalny, bezpieczny i dopasowany do wieku - rozładowuje energię, ale też buduje zdrowe nawyki, które zostają na dłużej.

A to nie wszystko!

W aplikacji Medicover Sport czekają na Ciebie **liczne treningi video na każdym poziomie zaawansowania** - od spokojnych sesji mobilności i stretchingu, po bardziej dynamiczne treningi wzmacniające. Dzięki temu łatwo dopasujesz formę ruchu do swoich potrzeb, nastroju i ilości czasu. Krótkie sesje w domu lub treningi w obiektach sportowych to świetny sposób, by nie wypaść z rytmu - bez względu na pogodę.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

