

Krajevna skupnost Gorica  
Goriška c. 46, Velenje



Uradne ure:  
vsak ponedeljek od 17. do 18. ure

[www.ks-velenje.si/gorica/](http://www.ks-velenje.si/gorica/)

## TESTIRANJE TELESNE PRIPRAVLJENOSTI ZA ODRASLE

V petek, 13. septembra bodo zdravstvene delavke **Centra za krepitev zdravja**



ZD Velenje **B R E Z P L A Č N O**

izvajale **testiranje** telesne pripravljenosti. Pridobili boste lahko oceno o mišični moči, aerobni zmogljivosti, ravnotežju, vzdržljivosti in gibljivosti. Sledilo bo **predavanje** o maščobah v krvi in aterosklerozi. Ob koncu boste vabljeni v ZD Velenje, kjer bo sledil individualen **pogovor** o rezultatih in nadaljnjih možnostih vadbe.

**KJE:** prostori Krajevne skupnosti Gorica, Goriška c. 46

**KDAJ:** petek, 13. septembra od **8. do 11. ure**

**!!!** Testiranje je sestavljeno iz 11 testov in traja približno 1 uro, udeleži pa se ga lahko do 20 posameznikov**!!!**

**Na testiranje pridite v športnih oblačilih in obutvi, s sabo pa prinesite plastenko vode in brisačo.**

**Vabljeni!**

Svet KS Gorica