

Всероссийский «День ходьбы» 2024г.

https://vk.com/wall-147217929_690

https://vk.com/wall-147217929_700



ДЮСШ городского округа Верхнее Дуброво





ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕНЬ ХОДЬБЫ
28.09.2024

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГУЛКА:

- ✓ Место сбора - 11:00
Площадь у Дома Культуры
- ✓ Разминка - 11:20
- ✓ Старт маршрута - 11:30
- ✓ Финиш - КСК "Дубрава"
Горячий чай

ШАГОВ К ЖИЗНИ 10000

✓ Верхнее Дуброво присоединяется к акции 10 000 шагов к жизни

🏃‍♂️ 🏃‍♀️ 🏃‍♂️, 29 сентября состоится Всероссийская акция «10 000 шагов к жизни», приуроченная к Всемирному Дню сердца и национальной неделе здорового сердца, а также к Всероссийскому дню ходьбы.

Акция основана на рекомендации Всемирной организации здравоохранения проходить в день от 6 до 10 тысяч шагов для поддержания