Λαμία, 6 Απριλίου 2020

**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

**Θέμα:** «**Η κίνηση  είναι ζωή και η ζωή συνεχίζεται !**» Συνεργασία Δήμου Λαμιέων με την Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής Ν.Φθιώτιδας και τους καθηγητές ΤΕΦΑΑ του  Πανεπιστημίου  Θεσσαλίας

Ο Δήμος Λαμιέων σε συνεργασία  με την Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής  Ν. Φθιώτιδας και με την ευγενική  προσφορά  καθηγητών του ΤΕΦΑΑ  Πανεπιστημίου  Θεσσαλίας,  παρουσιάζει ένα   πρόγραμμα εκγύμνασης στο σπίτι  απευθυνόμενο σε όλους,  προκειμένου να  διατηρούμε το σώμα μας  υγιές  και σε καλή κατάσταση.

Τίλος του «**Η κίνηση  είναι ζωή και η ζωή συνεχίζεται !**»

Με τον τρόπο αυτό συμμετέχουμε  στην Παγκόσμια Ημέρα Αθλητισμού (6η Απριλίου)  με την ευχή και την αισιοδοξία  ότι γρήγορα θα μπορούμε να επανέλθουμε στους  κανονικούς μας ρυθμούς απολαμβάνοντας πλήρως τα οφέλη της άθλησης  και της σωματικής άσκησης. Μέχρι τότε γυμναζόμαστε ΣΠΙΤΙ!