



ΠΡΟΣ: ΜΜΕ

Δελτίο Τύπου

Στο πλαίσιο του προγράμματος, του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης (ΕΣΠΑ), «**Συμμαχία για την Υγεία - Άσκηση, Ανάπτυξη προγραμμάτων άσκησης ως μέσο πρόληψης και αποκατάστασης χρόνιων παθήσεων - παρεμβατικά προγράμματα**» που υλοποιεί το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, το **Σάββατο 25 Μαΐου ώρα 10:30 το πρωί**, στο **Πάρκο Αναψυχής "ΤΣΑΛΤΑΚΗ" στη Λαμία**, θα πραγματοποιηθεί εκδήλωση, σε συνεργασία με το Δήμο Λαμιέων, στην οποία οι ενδιαφερόμενοι ανεξαρτήτου ηλικίας, θα μπορούν ενημερωθούν σχετικά με τα ευεργετικά αποτελέσματα της άσκησης για την υγεία.

Παράλληλα, θα έχουν τη δυνατότητα να δοκιμάσουν διάφορες μορφές άσκησης ανάλογα με το "προφίλ", αλλά και να αξιολογηθούν σε διάφορους δείκτες υγείας και φυσικής κατάστασης.

[Από το Γραφείο Τύπου](#)