

PRIDRUŽI SE



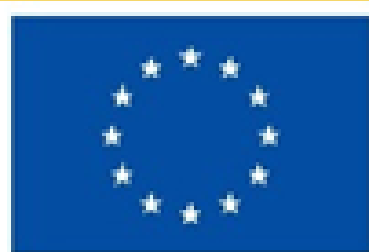
PAIN FREE



PROJEKTU

ŠTO JE?

PAIN FREE je projekt financiran od strane Europske unije, čiji je cilj vježbanjem smanjiti bol u donjem dijelu leđa



Sufinancira
Europska unija

ZAŠTO JE VJEŽBANJE VAŽNO?

Prema trenutnim studijama, gotovo svaka osoba je barem jednom u životu iskusila bol u donjem dijelu leđa, no pravilnim i redovitim vježbanjem te se brojke mogu smanjiti.

Zato počni već danas, a ne sutra!



više informacija pronajdi na našoj stranici fakulteta

(<https://fzsri.uniri.hr>)

ZAPAMTI: ZDRAVLJE JE NAJVEĆE BOGATSTVO!



KADA

- tri puta tjedno (ponedjeljak, srijeda i petak)
 - vježbe se odrađuju u 2 grupe
- Ponedjeljak i srijeda
- 18:00 - 18:45
 - 18:45 - 19:30

Petak

- 17:15 - 18:30
- 18:30 - 19:45

GDJE

- Fakultet zdravstvenih studija u Rijeci