



אתם לא בכושר?
שנים לא רצתם
ואתם רוצים שינוי?

תרשמו ביומן - מתחילים ב27.8.23

אז הנה ההזדמנות שלכם להתחיל להתאמן על פי תוכנית אימון
שתאפשר לכם לעמוד ביעד של ריצה למרחק של 5 ק"מ.
התוכנית נבנתה ע"י עוזדד מוסינזון - פיזיותרפיסט, מאמן ריצה וכושר
מוסמך ומיועדת **לכולם**, גם למי שאינו מאומן כלל.

נצלו את ההזדמנות ומהרו להצטרף לקבוצת ה- WHATSAPP של אוניברסיטת חיפה עוד היום!
בחרו את הזמן והמקום שלכם-תוכנית האימונים תועבר בקבוצת הוואטסאפ
ותנוהל על ידי החוג לפיזיותרפיה
* כל משתתפת שבוחרת להשתתף בריצה עושה זאת על אחריותה. הבלעדית

לחצו פה להצטרפות לקבוצה

