



AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

im. Bronisława Czecha w Krakowie

WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU

INSTYTUT NAUK BIOMEDYCZNYCH

al. Jana Pawła II 78, 31-571 Kraków

ZAPRASZA DO UDZIAŁU W AKCJI:



realizowanej w ramach projektu:

Wpływ regularnej aktywności fizycznej w formie nordic walking na poziom wybranych cytokin i wskaźników statusu oksydacyjnego oraz tolerancję wysiłkową u młodych kobiet z zespołem metabolicznym

Projekt uzyskał pozytywną opinię Komisji Bioetycznej przy Okręgowej Izbie Lekarskiej w Krakowie, jest realizowany w ramach grantu doktorskiego finansowanego przez Narodowe Centrum Nauki.

Projekt skierowany jest do kobiet:

- w wieku od 25 do 35 lat
- z nadwagą lub otyłością
- z zaburzoną gospodarką lipidową (podwyższony poziom cholesterolu, triglicerydów)
- nie stosujących środków hormonalnych

W ramach projektu całkowicie darmowo:

- nauka techniki marszu nordic walking
- 8-tygodniowy trening nordic walking z wykwalifikowanym instruktorem
- kijki nordic walking i sprzęt sportowy
- badania biochemiczne, wydolnościowe i ginekologiczne

Koordynator projektu:

Małgorzata Hodur
662 25 10 12
ghodur@gmail.com

Patronat honorowy



Małopolska

Marek Sowa

Marszałek Województwa Małopolskiego



Patronat medialny



Porozmawiajmy
o zdrowiu