

«Ας Μοιραστούμε το Βάρος»

Τετάρτη 7 Οκτωβρίου 2026

Ώρα: 11.00-13.00

«Άσκηση: το κλειδί για τον έλεγχο του Βάρους»

Σας προσκαλούμε να συμμετέχετε ενεργά, προάγοντας τη διασκέδαση μέσα από την κίνηση.

Ελεύθερη συμμετοχή για μικρούς και μεγάλους

Πρόγραμμα:

- *Φιδάκι Διατροφής*
- *Αθλητικές δραστηριότητες* 🏃 και παιχνίδια κίνησης για παιδιά και ενηλίκους, με τη συμμετοχή και υποστήριξη του Ομίλου Αντισφαίρισης Χανίων ΟΑΧ
- *Πινγκ Πονγκ – Τένις*
- *Ενημερωτικό Έντυπο υλικό και συζήτηση με γονείς και παιδιά, με την υποστήριξη του 1ου Κέντρου Υγείας Χανίων.*



Παράλληλη δράση



Γευστικές δοκιμές και γνωριμία με υγιεινές επιλογές!!

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:



7^η ΥΠΕ Κρήτης, Δήμος Χανίων, Πανελλήνιος Σύλλογος Ατόμων με Παχυσαρκία Ιμεροέσσα, Όμιλος Αντισφαίρισης Χανίων

ΧΟΡΗΓΟΙ:

1. ΚΟΚΟΛΟΓΙΑΝΝΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.

2. ΠΛΑΝΑΚΗΣ SUPER MARKET SNACK & COFFEE



3.



4.

