Cześć!

Czas wakacji w pełni! Jedni odpoczywają na dalekich wyjazdach, inni łapią chwilę oddechu bliżej domu. Niezależnie od planów, sierpień to idealny moment, żeby wrzucić na luz… i dorzucić do tego trochę ruchu! Aktywność fizyczna świetnie łączy się z letnim odpoczynkiem - dodaje energii, poprawia nastrój i pomaga jeszcze lepiej korzystać z pięknej pogody.

Dzięki karcie FitProfit/FitSport możesz ćwiczyć tam, gdzie jesteś - w siłowni, aquaparku, na basenie otwartym, w parku linowym czy wypożyczając kajaki. W całej Polsce, na własnych zasadach, także z rodziną. Wakacje to przecież świetny czas, żeby zadbać o formę razem: z dziećmi, partnerem czy znajomymi.

A jeśli chcesz jeszcze lepiej zrozumieć, jak aktywność, sen i dieta wpływają na Twój organizm, zapraszamy Cię na webinar: „Optymalizacja metabolizmu – jak dieta, sen i aktywność fizyczna wpływają na wydajność organizmu?”, który odbędzie się 7 sierpnia o godz. 10:00. To świetna okazja, by zyskać praktyczną wiedzę, która przyda się nie tylko latem.

Dołącz do programu, rusz się po wakacyjną energię i zadbaj o siebie kompleksowo – w sierpniu i na dłużej! **Więcej szczegółów znajdziesz w załączonym komunikacie.**

Pozdrawiamy,  
Dział HR