

## Vă invităm la alergare în cartier!

În fiecare luni, miercuri și vineri toți cei care vor să facă mișcare, indiferent de vârstă, sunt așteptați la intersecția străzilor Amintirii cu Niagara. Vom alerga împreună pe strada Niagara. Primii 2 km îi alergăm într-un ritm acceptabil pentru toată lumea. Ora de întâlnire este 19.30.

Iată câteva dintre beneficiile alergării:

- Te ajută să te menții în formă
- Scapi de kilogramele nedorite
- Prelungește viața
- Scapi de boli
- Ai mai multă energie
- Te ajută să scapi de stres
- Îți creează o stare generală bună
- Este cea mai simplă formă de a face sport
- Vei fi un model pozitiv pentru cei din jur

**Toată lumea este binevenită**, chiar și cei care nu au mai alergat de ani de zile.



### Vocile copiilor:

- × Veniți, veniți ca să nu muriți!
- × Veniți, veniți ca să mai trăiți!
- × Corpul omului este ca o floare.
- × Protejați-o prin mișcare!

## Vă invităm la alergare în cartier!

În fiecare luni, miercuri și vineri toți cei care vor să facă mișcare, indiferent de vârstă, sunt așteptați la intersecția străzilor Amintirii cu Niagara. Vom alerga împreună pe strada Niagara. Primii 2 km îi alergăm într-un ritm acceptabil pentru toată lumea. Ora de întâlnire este 19.30.

Iată câteva dintre beneficiile alergării:

- Te ajută să te menții în formă
- Scapi de kilogramele nedorite
- Prelungește viața
- Scapi de boli
- Ai mai multă energie
- Te ajută să scapi de stres
- Îți creează o stare generală bună
- Este cea mai simplă formă de a face sport
- Vei fi un model pozitiv pentru cei din jur

**Toată lumea este binevenită**, chiar și cei care nu au mai alergat de ani de zile.



### Vocile copiilor:

- × Veniți, veniți ca să nu muriți!
- × Veniți, veniți ca să mai trăiți!
- × Corpul omului este ca o floare.
- × Protejați-o prin mișcare!

## Vă invităm la alergare în cartier!

În fiecare luni, miercuri și vineri toți cei care vor să facă mișcare, indiferent de vârstă, sunt așteptați la intersecția străzilor Amintirii cu Niagara. Vom alerga împreună pe strada Niagara. Primii 2 km îi alergăm într-un ritm acceptabil pentru toată lumea. Ora de întâlnire este 19.30.

Iată câteva dintre beneficiile alergării:

- Te ajută să te menții în formă
- Scapi de kilogramele nedorite
- Prelungește viața
- Scapi de boli
- Ai mai multă energie
- Te ajută să scapi de stres
- Îți creează o stare generală bună
- Este cea mai simplă formă de a face sport
- Vei fi un model pozitiv pentru cei din jur

**Toată lumea este binevenită**, chiar și cei care nu au mai alergat de ani de zile.



### Vocile copiilor:

- × Veniți, veniți ca să nu muriți!
- × Veniți, veniți ca să mai trăiți!
- × Corpul omului este ca o floare.
- × Protejați-o prin mișcare!