

Liikumispäev „Sinu sammud loevad“

22. aprill 2012

VÕRUMAA

Võru

Kogunemiskoht: Võru Vallamaja Võrumõisa 4A
Start avatud: 12.00
Toimub: kepikõnd 7 km
käimine 7 km
rulluisutamine 7 km
ujumine Väimela Tervisekeskuses kell 13-15
Lisainfo: www.werro.ee

Lasva

Kogunemiskoht: Lasva rahvamaja
Start avatud: 14.30-16.30
Toimub: kepikõnd 5 ja 7 km
käimine 3, 5 ja 7 km
rattasõit 5 ja 7 km
Mõõdetakse veresuhkrut ja vererõhku
Lisainfo: www.lasva.ee

Meremäe

Kogunemiskoht: Meremäe Noortekeskus
Start avatud: 12.00-12.30
Toimub: kepikõnd 3 ja 5 km
käimine 3 ja 5 km
jooksmine 3 km
rattasõit 5 km
Mõõdetakse veresuhkrut, vererõhku, kolesterooli, kehakaalu
Lisainfo: <https://meremae.kovtp.ee/et/uldinfo>

Haanja

Kogunemiskoht: Plaanil
Start avatud: 11.00-14.00
Toimub: käimine 8 ja 16 km
Mõõdetakse vererõhku
Lisainfo: www.haanja.ee/uudised

Misso

Kogunemiskoht: Misso rahvamaja ees

Start avatud: 13:00

Toimub: kepikõnd 3 ja 5 km
käimine 3 ja 5 km
jooksmine 3 ja 5 km
rattasõit 7 km

Mõõdetakse veresuhkrut, kolesterooli, kehamassi, pikkust, nikotiinisisaldust väljahingatavast õhust.

Lisainfo: www.misso.ee

Vastseliina

Kogunemiskoht: Vastseliina gümnaasium

Start avatud: 12.00-14.00

Toimub: kepikõnd 3 km
käimine 3 km

indiac ja jooga näidistrennitund

Mõõdetakse veresuhkrut, vererõhku ja kolesterooli

Lisainfo: Heidi Normann tel. 5647 0610, vastseliina@vald.ee