



**Pirmą pavasario savaitę (kovo 1-6 d.) Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuras kviečia į rytines mankštas, kurias ves Lietuvos sveikuolių sąjungos atstovai Dainius Kepenis ir Eligijus Valskis.**

Programoje: - rytinė mankšta (ražymosi, tempimo, lankstumo, pusiausvyros, tonizuojantys ir ėjimo – bėgimo, aerobiniai bei jėgos pratimai).

- lėtas meditacinis bėgimas,

- 5 min. grūdinimosi procedūros su apšilimo masažais.

Kviečiame dalyvauti - registracijos nėra, dalyvių skaičius neribotas.

Papildoma informacija tel. (8 343) 59 213, el. p. [info@marijampolesvsb.lt](mailto:info@marijampolesvsb.lt)