



# Kako FIT je mesto Maribor?

Raziskava v okviru akcije »Kako FIT je mesto Maribor?«  
OD APRILA DO AVGUSTA 2012!



## *Naredi nekaj zase!*

Iščemo vsaj **100 vadb** željnih oseb,  
ki bi želeli v sklopu posebne **5-tedenske akcije**  
narediti nekaj za svoje **zdravje in dobro počutje!**

Vabimo osebe **vseh starostnih skupin**, ki želijo:

- preoblikovati telo,
- izboljšati počutje,
- napolniti telo z energijo,
- povečati vzdržljivost, moč in gibljivost.

Akcija zajema:

- diagnostično testiranje telesne sestave,
- 5-tedenski program treninga za večjo vzdržljivost, moč in gibljivost,
- spremljanje napredka s strani strokovnjakov na področju fitnesa in športa,
- zaključno diagnostično testiranje z analizo uspeha programa treninga.

**Bodifit društvo**

bo akcijski paket izvedlo

v sodelovanju z

**Uradom za šport**

**Mestne občine Maribor**

po posebni promocijski ceni

**- za samo 59 €**

(običajna cena znaša več kot 150 €).

[www.bodifit.net](http://www.bodifit.net) | [www.maribor.si](http://www.maribor.si)



**MARIBOR**



V akcijo se lahko vključijo le osebe, ki niso Bodifit člani!

# Prijavnica za akcijo »KAKO FIT JE MESTO MARIBOR«



Izbrali bomo vsaj 100 prijavljenih kandidatov!

ime in priimek

starost

višina

teža

naslov

email

telefon

Ali je vaš zdravnik obveščen o vašem vključevanju v vadbeni program?

DA  NE

Vas je na vadbo napotilo zdravniško osebje?

DA  NE

Vas morda spremljajo bolečine v (označi)

križu  kolenih  ramenskem obroču  kolku  drugo?



Imate ali ste v preteklosti imeli (označi):

težave s srcem  bolečine v prsih  povišan krvni pritisk  sladkorno bolezen ali diabetes

težave s spanjem  povečan holesterol  v zadnjih 12 mesecih operacijo  vrtoglavico

opombe

S podpisom potrjujem, da bom vadil/a na lastno odgovornost.

podpis

Izpolnjeno prijavnico pošljite na  
»Bodifit društvo, Na Poljanah 20, 2000 Maribor«  
ali jo oddajte osebno na Bodifit recepciji.

Prijavnico lahko pošljete tudi na  
»Urad za šport, ulica Vita Kraigherja 8, 2000 Maribor«.

**Več informacij na:**  
**+386 40 475 480,**  
**bodifit@bodifit.net,**  
**sport@maribor.si!**

[www.bodifit.net](http://www.bodifit.net) | [www.maribor.si](http://www.maribor.si)



MARIBOR



V akcijo se lahko vključijo le osebe, ki niso Bodifit člani!