



VABILO

Spoštovani občani občine Gornja Radgona,
vabimo vas na PREIZKUS HOJE NA 2 KILOMETRA.

KDAJ: V sredo, 24. 4. 2019 med 16:00 in 18:00 (v primeru dežja test odpade)

KJE: TŠC TRATE Gornja Radgona

KDO: Testiranje je namenjeno zdravim odraslim posameznikom med 20. in 65. letom starosti, ki jih zanima kakšna je njihova telesna zmogljivost in raven telesne dejavnosti za zdravje.

KAKO: Udeleženci opravijo preizkus hoje na 2 kilometra (2 kroga okrog stadiona)

Pri preizkusu hoje sodelujejo strokovnjaki iz različnih področij (dipl. fizioterapevt, dipl. kineziolog, dipl. med. sestra, zdravnik, reševalec).

Pred izvajanjem vam bomo izmerili krvni tlak in v primeru, da bo ta previsok se testa ne boste mogli udeležiti. Izvajanje testa ni primerno za kronične bolnike.



Test hoje

Telesno zmogljivost vam lahko izmerimo s preizkusom hoje na dva kilometra.



Vljudno vabljeni!

Ekipe CKZ ZD Gornja Radgona



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje