



ДО ВСЕСВІТНЬОГО ДНЯ ЗДОРОВ'Я

КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ ХНУРЕ
ЗАПРОШУЄ НА ОНЛАЙН-ЛЕКЦІЮ

«Використання теорії “Анатомічні потяги” для відновлення здоров'я при сидячій роботі»



Дата: 08 квітня 2026 року



Час: 18:00 (за київським часом)

Лектор:

Без'язична Ольга Вікторівна

— кандидат біологічних наук,
доцент, лікар-реабілітолог



Програма лекції:

- Теорія “Анатомічні потяги” Т. Маїєрса
- Вплив сидячої роботи на організм людини
- Практичні вправи для знаття м'язового напруження
- Обговорення та відповіді на запитання

**УСІ УЧАСНИКИ ОТРИМАЮТЬ НА ЕЛЕКТРОННУ ПОШТУ
КОМПЛЕКСИ ВПРАВ ПРИ СИДЯЧІЙ РОБОТІ!**

*Триєднуйтесь!
Будьмо здорові разом!*