**Přijďte si vyzkoušet koloběžky Kostka!**

Jízda na koloběžce je velmi komplexní pohybová aktivita, která přináší mnohé zdravotní benefity, např.:

* Rovnoměrně zatěžuje celé tělo
* Přirozeně nutí jezdce ke správné koordinaci svalů a postavení bederní páteře
* Pomáhá při problémech s klouby (a/nebo nadváhou)
* Dostane vás do formy, pomáhá při rehabilitaci

A **v neděli 2. 6. 2024 od 14.30 h u nás na výletišti** se o tom můžete přesvědčit. Budou tam připraveny různé typy koloběžek značky Kostka, také v provedení pro děti. Přijďte se podívat, získat informace o jejich výhodách a nevýhodách, případně si je vyzkoušet!

