



CSALÁDI MOZGÁSFESZTIVÁL – MDOSZ Családi piknik

„Kedves Anyukák, Apukák!”

Idén immáron XXIV. alkalommal szervezi meg a Magyar Szabadidősport Szövetség az **ingyenes** Családi Mozgásfesztivál eseményt. **Helyszíne a Puskás Aréna Nyugati Parkja** (D lelátó előtti területen) lesz **szeptember 3-án** (vasárnap) 10 és 17 óra között.

Közel 100 különböző aktivitással készülünk az egész család számára, hiszen a Családi Mozgásfesztivál többgenerációs esemény. Kedvükre mozoghatnak a nagyszülők, a szülők és főként a gyerekek!

Ha olyan családi programot kerestek, ahol:

- az **ANYUKÁK** is kikapcsolódhatnak alakformáló vagy fitball és gerinctorna foglalkozásokon,
- az **APUKÁK** kipróbálhatnak **küzdősportokat, kör -és saját testsúlyos edzéseket**, sőt még barátságos asztalitenisz, gyorsstollas és teqball mérkőzést is játszhatnak,
- a **GYEREKEK trükkös bringákkal** suhanhatnak, rendőrautót és motort próbálhatnak ki és a Kinder Joy of Moving gyereksarok programjában különböző játékos mozgásformákkal találkozhatnak,
- a **NAGYMAMÁK** találkozhatnak a Mozgásélmény Szenioroknak program oktatóival és **3-1-2 meridián tornával** is átmozgathatják magukat,
- a **NAGYPAPÁK** kipróbálhatják a sétafocit és ha úgy tartja kedvük élvezhetik a **grundgolf** sportág adta örömeit,
- lehetőség van ingyenesen részt venni különböző szűréseken, egészségügyi tanácsadásokon,
- az aktivitásért ajándék is jár, az állomásokon elvégzett feladatokért pecsétet gyűjthettek, melyért értékes ajándékokat nyerhettek a sorsoláson, együttműködő partnereink jóvoltából.

Vegyetek részt a Családi 10Próba megmérettetésén is, hogy kiderüljön melyik család tudja összegyűjteni a legtöbb pecsétet!

Az eseményen rendezzük meg szakmai szervezetünk lakossági programját, az MDOSZ Családi Pikniket, ahol a felnőtteknek dietetikai tanácsadással, testösszetétel-méréssel, míg a gyerekeknek játékos feladatokkal és ajándékokkal készülünk.

Látogassatok el az eseményre, keressétek az MDOSZ és partnerei sátrait!