

# Loksa linna tervisekuu

- 20. aprill kell 19.00 Loksa ujulas vesiaeroobika treening (vesiaeroobika mõju inimese tervisele, treening tasuta);
- 23. aprill Loksa linna Tervisepäev, algus kell 10.00 Loksa ujulas (vererõhu, kolesterooli ja veresuhkru mõõtmine; tervislik toitumine; kepikõnnimatk umbes 7 km; ujula tasuta kasutus tervisepäevast osavõtjatele);
- 26. aprill kell 20.00 Loksa ujulas (ujumise algõpetus, õiged hingamisvõtted, veekartuse ületamine, lihtne treening).



**Olete oodatud  
aktiivselt  
osalema!**

Osaliselt rahastatud „Rahvastiku tervise arengukava 2009-2020“ vahenditest.