

MOZDULJ OROSZLÁNY!

2026.
MÁJUS 4.

10.00 Megnyitó előadás „TOXINOK A VILÁGBAN” címmel az egészségmegőrzés jegyében **Kocsis Alexandra**, világbajnok fitnessmodellel,
Helyszín: KFMKK-kamaraterem

Szabadtéri bemutatkozások:

10.00-18.00 Generali a Biztonságért Alapítvány szűrőbuszai

16.15-16.30 Nova Hiphop

16.30-17.00 Happy & Fitt 40+ Horváth Szilvivel

17.00 Bius Zumba powered by Nórika - Zumba Parti

17.30 Cirill Táncstúdió

17.45 Csiszár Anita és Zumbásai

Helyszín: Szent Borbála tér

11.00-11.30, 13.30-14.00 - djembe dobkör -
vezető: **Kretler Zoltán**

17.00 FEDEZD FEL A MIKROKERINGÉS EREJÉT!

Előadó: **Gergelyfiné Fagyal Edit**

Helyszín: KFMKK-112-es terem

16.30-17.00 Pilates Mezei Katalinnal

Helyszín: KFMKK-123-as terem

17.00-18.00 Mozgásos szívcsakra meditáció
Kretler Zoltánnal

Helyszín: KFMKK-színházterem, eszközigény:
saját jógamatrac

Egészség Expo 10.00-18.00

Egészségügyi-és szépségápolási szakemberekkel találkozhat a KFMKK termeiben! A szolgáltatások egy része regisztrációhoz kötött. Regisztráció a KFMKK információban, április 27-től!

Egy különleges hétfő az egészség jegyében, a KFMKK és az Optimisták Mozgáskorlátozottak Klubja és Kővári Adrienn (Generali) szervezésében.

