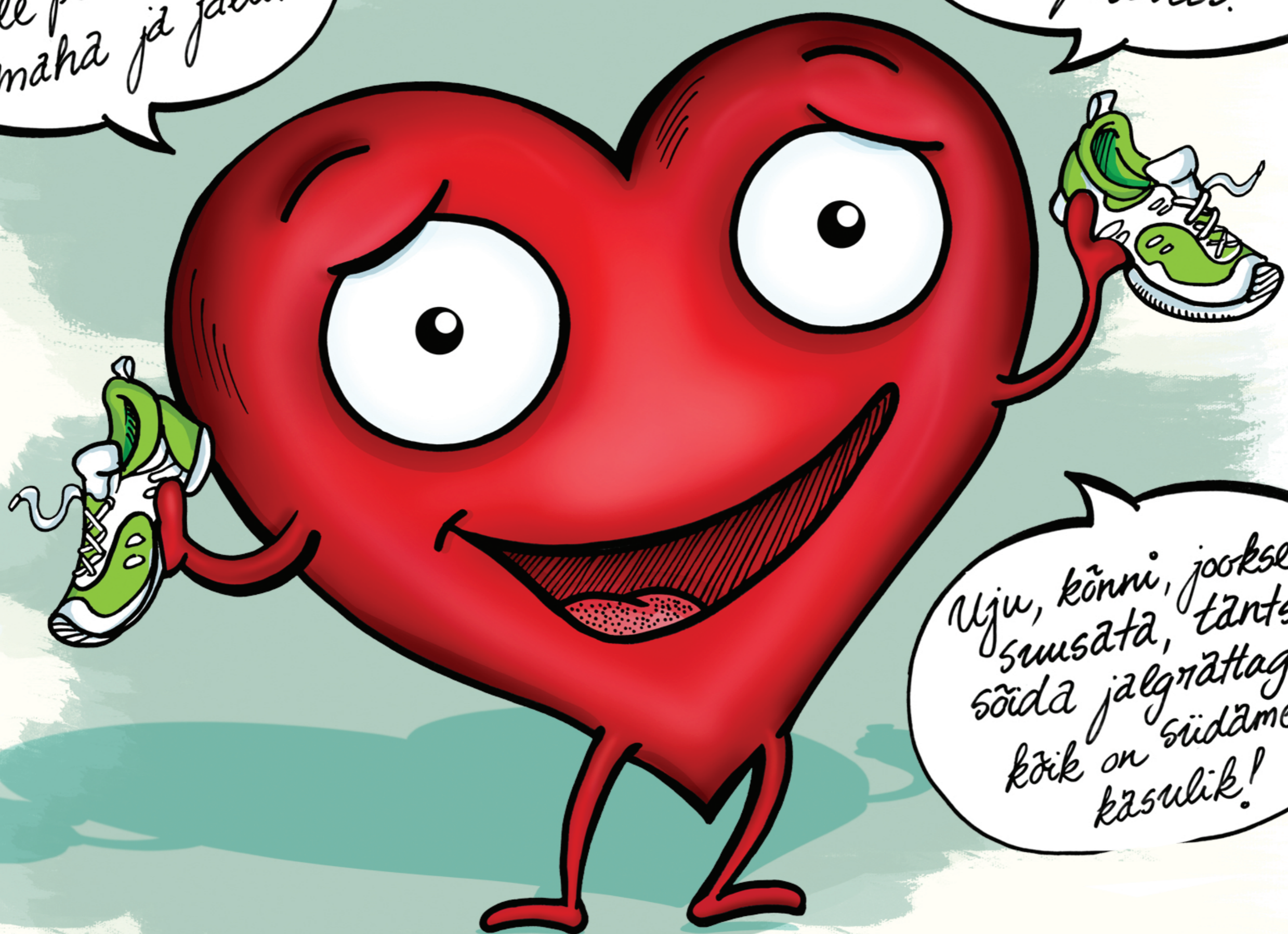


Kasuta lifti
asemel treppi.
Tule peatus varem
maha ja jaluta.

Liigu regulaarselt,
vähemalt 30 min
päevas.



Uju, kõnni, jookse,
suusata, tantsi,
sõida jalgrattaga -
kõik on südamele
kasulik!

Suur üle-eestiline liikumispäev

"Sinu sammud loevad"

17. aprillil 2011

Tule ja liigu oma südame heaks!

Osalemine on kõigile tasuta. Igaüks saab kaasa liikumispäeviku.

