



OSNOVA KURZU

akreditovane kurzy.cz

ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

- **Uvodní slovo autorek kurzu**
- **Informace ke studiu**
- **e-learningové moduly**
 - + Ergonomie - jak pracovat s lehkostí a bez bolesti
 - + Stravou k aktivnímu životu
 - + Zdravé já
 - + Zdravé cvičení v kanceláři
- **Závěrečný test a anketa**