

Začenja se največja nacionalna raziskava o vplivu telesne zmogljivosti na zdravje

POT V ODRASLOST

Pridružite se!

Kako telo pripoveduje vašo življenjsko zgodbo?

Kaj vas čaka?

- Brezplačne meritve telesne zmogljivosti SLOfit odrasli
- Brezplačen dostop do spletne aplikacije Moj SLOfit
- Vnos vaših podatkov o gibalnih sposobnostih iz šolskega obdobja v Moj SLOfit
- Takojšnje poročilo o vaši telesni zmogljivosti in gibalnih navadah ter svetovanje o ohranjanju in izboljšanju življenjskega sloga
- Ocena zdravstvenih tveganj
- SLOfit majica in brezplačne delavnice za ohranjanje zdravja in telesne zmogljivosti

Zakaj bi sodelovali?

- Prepoznajte vpliv otroštva na vaše zdravje danes.
- Soustvarjajte eno največjih raziskav o zdravju v Sloveniji.
- Prejmite jasne usmeritve za izboljšanje svojega življenjskega sloga.
- Postanite del skupnosti, ki ceni zdravje, gibanje in znanje.
- Vaši podatki so varovani in dostopni samo vam.

Kdo se lahko vključi?

Ste pripravljeni odkriti več o sebi in soustvarjati spremembe?

Ste v mladosti sodelovali v meritvah gibalnih sposobnosti?

Ste stari med 30 in 65 let?

Prijavite se na meritve **SLOfit odrasli**.
Meritve trajajo 60 min.

Vključite se v raziskavo **Pot v odraslost** in opravite vodeni intervju o trenutnem življenjskem slogu (40 min).

Kako poteka sodelovanje?

Povratne informacije o trenutni telesni zmogljivosti (30 min).

Povabilo na **delavnice** o zdravem življenjskem slogu & spremljanje napredka v aplikaciji **Moj SLOfit**



MERITVE POTEKAJO V VEČ KRAJIH PO SLOVENIJI. [URNIK MERITEV IN POVEZAVE DO PRIJAV.](#)
VPRAŠANJA? PIŠITE NAM: ODRASLI@SLOFIT.ORG