



ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΡΑΚΗΣ

DEMOCRITUS
UNIVERSITY
OF THRACE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ΑΣΚΗΣΗ για τον Διαβήτη: Ευεργετικές επιδράσεις νέων εκπαιδευτικών προγραμμάτων φυσικής δραστηριότητας



**Έχεις Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου 2;
Μπορείς να ελέγξεις το σάκχαρο με φυσικό τρόπο**



Ελάτε στους ειδικούς της άσκησης
Ελάτε μαζί μας στο Τ.Ε.Φ.Α.Α.

- ✓ για βελτίωση των δεικτών υγείας
- ✓ για αποτελεσματικό έλεγχο των γλυκαιμικών δεικτών
- ✓ για εφαρμογή εξατομικευμένων προγραμμάτων άσκησης



Έναρξη προγράμματος 1 Φεβρουαρίου 2022

Δωρεάν συμμετοχή



Πληροφορίες – Προεγγραφές συμμετοχής:

Εργαστήριο Φυσικής Αγωγής και Άθλησης
Τηλέφωνα επικοινωνίας
2531039723, 6944937572

 **ΣΕΦΑΑ-ΑΠΘ**
Συνοχή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, ΤΕΦΑΑ
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης