

همه برای تندرستی

سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری تبریز برگزار می کند: همه برای تندرستی

معاونت ورزش سازمان فرهنگی اجتماعی و ورزشی شهرداری تبریز

کمپین همه برای تندرستی

#همه_برای_تندرستی

- ✓ چالش دوچرخه سواری
- ✓ چالش پیاده روی
- ✓ بازی های بومی محلی
- ✓ چالش لیوان چینی
- ✓ چالش نشط رنج
- ✓ چالش دراز نشست (بریک دقیقه)
- ✓ چالش بشین یا شو یا اسکوات (بریک دقیقه)

شرکت برای عموم آزاد است ثبت نام رایگان است

باجوایز تقییس مفتگی ثبت نام از ۱۵ اردیبهشت ماه الی اسفند ماه ۹۹

جهت دریافت اطلاعات بیشتر و ثبت نام در کانال تلگرامی و به سایت سازمان مراجعه فرمایید.

tandorste99

www.Honar.Tabriz.ir

www.honar.tabriz.ir

sport_tabriz.ir

با توجه به لزوم حفظ سلامتی و نشاط همشهریان در روزهای همه گیری بیماری کرونا، معاونت ورزش سازمان فرهنگی اجتماعی و ورزشی شهرداری تبریز 7 پویش مختلف ورزشی را با هدف تندرستی شهروندان محترم برگزار می نماید.

شرکت در این پویش ها رایگان و شرکت برای عموم علاقه مندان امکان پذیر است.

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت <https://honar.tabriz.ir> و کانال اطلاع رسانی <https://t.me/tandorste99> و <https://t.me/panjarehtbz> مراجعه نمایید.

معاونت ورزش سازمان فرهنگی اجتماعی ورزشی شهرداری تبریز

کمپین همه برای تندرستی

همه برای تندرستی

✓ چالش دوچرخه سواری

✓ چالش پیاده روی

✓ بازی های بومی محلی

✓ چالش لیوان چینی

✓ چالش شطرنج

✓ چالش دراز نشست (در یک دقیقه)

✓ چالش بشین پاشو یا اسکوات (در یک دقیقه)

شرکت برای عموم آزاد است

ثبت نام رایگان است


با جوایز نفیس هفتگی

ثبت نام از ۱۵ اردیبهشت ماه الی اسفند ماه ۹۹

جهت دریافت اطلاعات بیشتر و ثبت نام در کانال تلگرامی و به سایت سازمان مراجعه فرمایید

 [tandorste99](https://t.me/tandorste99)

 www.Honar.Tabriz.ir

 [sport_tabriz_ir](https://t.me/sport_tabriz_ir)



 www.honar.tabriz.ir