

ПРОЕКТ

„Младежка активност и здравословен ритъм“

ДВИЖЕНИЕ. ХРАНЕНЕ. БАЛАНС.

Напълно безплатно участие!
За младежи от 15 до 29 години!
Спорт, хранене и емоционален баланс

ВКЛЮЧИ СЕ В АКТИВНОТО ПРЕЖИВЯВАНЕ!

- Среци със специалист по здравословно хранене
- Среци с психолог
- Среци с треньори по физическа култура и ракетни спортове

Академия за физическо и емоционално здраве в София:

31 май – 1 юни 2025

Академия за физическо и емоционално здраве в Перник:

27 – 28 юни 2025

Спортен фестивал „Активност и емоционално здраве“ в София:

25 – 26 август 2025



Следи повече на:

- racketspeedbg.com
- [BadmintonClub.RacketSpeed](https://www.facebook.com/BadmintonClub.RacketSpeed)
- [@racketspeed](https://www.instagram.com/racketspeed)

Проект „Младежка активност и здравословен ритъм“ цели да подкрепи младежите в изграждането на устойчиви здравословни навици, чрез спорт, балансирано хранене и емоционално благополучие.

Проектът включва:

- » Провеждане на Академия за физическо и емоционално здраве за младежи
- » Провеждане на Спортен фестивал „Активност и емоционално здраве“
- » Разработване на „Младежка пътна карта за здравословен начин на живот и култура“
- » Кампания в социалните мрежи и официалната страница на Сдружение Бадминтон клуб „Ракет Спийд“

Очаквани резултати:

По-информирани, активни и уверени млади хора
Укрепване на физическото и емоционалното здраве на младежите
Създаване на нова култура на здравословен живот сред младите
Създаване на мрежа от здравословно ангажирани младежи
Повишена мотивация за дългосрочна грижа за себе си и околната среда
Включване на младежи, които не учат, не работят или не се обучават



За контакти:

✉ office@racketspeedbg.com; racketspeed@mail.bg



+359899587456