

Centrum sociálnych služieb Brezovec
Martina Hattalu 2161/3, 026 01 Dolný Kubín
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja

Dar pre zdravý pohyb

Aj v tejto neľahkej dobe sa našiel niekto, kto myslí aj na iných a čo je vzácné, aj na staršiu generáciu, ktorá ma často problémy s hybnosťou končatín. Tomáš Sklárčik daroval nášmu zariadeniu stacionárny bicykel **Recumbent inSPORTline Delavan RMB**. Je to ideálny tréner pre všetkých, ktorí sú nejakým spôsobom obmedzovaní v pohybe, ale zároveň nechcú vyjsť z cviku. Tento model navyše ponúka zaujímavé funkcie pre vyhodnotenie fyzickej kondície, ako je výpočet BMI indexu alebo bazálneho metabolizmu, snímač tepovej frekvencie a meranie vzdialenosti a času. CSS Brezovec využije stacionárny bicykel na posilnenie svalov dolných končatín, udržiavanie kondície, zlepšenie srdcovo-cievneho systému, aj celkovej nálady pri cvičení u seniorov zariadenia.

Ďakujeme Tomášovi Sklárčikovi za tento dar, ktorý denne využijú prijímatelia sociálnych služieb počas rehabilitácie v našej telocvični.

Ing. Nesvadbová, seniori a zamestnanci CSS Brezovec Dolný Kubín

