

MEDICOVER SPORT

ZRELAKSUJ SIĘ W DZIEŃ MATKI

Z MEDICOVER SPORT

medicoversport.pl

Dzień Matki to wyjątkowy moment, by na chwilę zatrzymać się i **skupić na sobie.** Na co dzień mamy często stawiają potrzeby innych na pierwszym miejscu - obowiązki, praca, dom, bliscy. To właśnie dlatego ten dzień może stać się idealnym pretekstem, aby **odpuścić, złapać oddech i zregenerować siły.** Chwila relaksu, spokojnego ruchu czy regeneracji pomaga odzyskać energię i poprawia samopoczucie.

Relaks i regeneracja na Twoich zasadach

Z pakietem Medicover Sport zyskujesz dostęp do wielu form relaksu i łagodnej aktywności, które wspierają ciało i umysł.
W Dzień Matki możesz m.in.:

skorzystać z masażu i zabiegów rozluźniających

zadbać o ciało poprzez **modelowanie sylwetki** np. na vacu czy rollerze

spróbować **pilates na reformerach,** który wzmacnia ciało w kontrolowany i bezpieczny sposób

wybrać się na **odnowę biologiczną,** wspierając regenerację i odprężenie

zrelaksować się na **zajęciach jogi,** które wyciszają, poprawiają mobilność i redukują napięcia

odkryć inne **formy aktywności,** dopasowane do Twoich potrzeb i tempa

Podaruj sobie czas - dziś i na co dzień.

Dzień Matki może stać się początkiem regularnego dbania o siebie, nie tylko od święta, ale także w codziennym rytmie. Z Medicover Sport możesz wracać do tych chwil relaksu zawsze wtedy, gdy tego potrzebujesz. Niezależnie od tego, co wybierzesz to inwestycja w Twoje zdrowie, dobre samopoczucie i równowagę.

Więcej informacji oraz zapisy
od 1 do 20 dnia miesiąca na stronie:

www.medicoversport.pl/pakiety/uniwersytetpomorski
Kod dostępu: uniwersytetpomorskiMS2025