

# Mozdulj velünk és tegyél az egészségedért!

## MÁV-csoport Sport- és Egészségnap

Az Egészség Program részeként rendhagyó eseménnyel készülünk:

**MÁV-csoport Sport- és Egészségnapot  
szervezünk a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen  
együttműködésben!**

**Dátum:** 2025. október 10. péntek, 08:30 és 16:00 óra között

**Helyszín:** Budapest, Testnevelési és Sporttudományi Egyetem  
Dr. Koltai Jenő Sportközpont (1123 Budapest, Csörsz u. 2-8.)

### **Sportprogramok értékes nyereményekért és MÁV csoportos ajándékcsomagért:**

- ✓ egyéni és csapatversenyek, sportbemutatók és sportoktatások (tollas, aerobik, jóga, foci, ping-pong, kosárlabda, röplabda, kézilabda, darts, tenisz, frizbi, futás, ugrás, súlylökés, sakk, speed-badminton, teqvolley és teqball).

### **Egészségmegőrzés a testi-lelki jóllétért:**

- ✓ lelki egészségmegőrzéssel kapcsolatos előadások, tréningek a Támogatlak program szervezésében,
- ✓ ingyenes egészségügyi szűrések: pl. diétetika, vércukorszint- és vérnyomásmérés, inbody testösszetétel mérés, ortopédiai vizsgálat, anyajegyszűrés, szemészeti vizsgálat, EKG.

A részvétel előzetes munkáltatói engedélyhez kötött,  
igazolt fizetett távollétként kerül elszámolásra!

A rendezvényen való részvétel ingyenes, de Regisztrációhoz kötött!

**REGISZTRÁCIÓ  
és további információ**

