

## Siłownia w domu

Przyrząd umożliwia modelowanie sylwetki np. podczas oglądania telewizji. Ćwiczenia na nim uruchamiają 96 proc. mięśni. W ciągu godzinnego treningu spalisz aż 850 kalorii!

**Gymstick, ok. 270 zł**



FOR. PHOTO DISC

### W KLUBACH PUSZYSTYCH

Do wygrania atrakcyjne nagrody, które pomogą klubowiczkom i klubowiczom dbać o smukłą sylwetkę i kondycję!

## Ogłaszamy KONKURS dla Klubów Puszystych!

**P**redstawcie nam plan działań Waszego Klubu na 2008 rok. Napiszcie, co ciekawego będzie się u Was działo. Jakie planujecie zajęcia, wspólne akcje, wyjazdy? Co chcecie robić na Waszych spotkaniach? Jakie macie patenty na odchudzanie i pomysły na wprowadzenie ich w życie?

**Co jest dla Waszego Klubu charakterystyczne? Czym chcielibyście się pochwalić?**

**Klub, który zaprezentuje najciekawsze pomysły, otrzyma główną**

**nagrodę: zestaw przyrządów do ćwiczeń!**

- gymstick
- gymstick aqua
- kije do nordic walking

Dodatkowo, w uzgodnionym terminie, do Klubu przyjedzie specjalista – dietetyk, który będzie udzielał klubowiczom indywidualnych porad na temat odchudzania i zdrowego żywienia.

Wszystkie prace opublikujemy w „SuperLinii”. Prosimy o załączenie zdjęć z życia Klubu.

Każdy uczestnik konkursu dostanie zestaw drobnych upominków.

**Prace konkursowe można nadsyłać do 15 marca 2008 r.:** listem na adres redakcji „SuperLinia”, ul. Niedźwiedzia 12 a, 02-737 Warszawa lub mailem: [superlinia@superlinia.pl](mailto:superlinia@superlinia.pl).

Fundatorem nagród w konkursie jest Fundacja AKTYWNI [www.aktyni.info](http://www.aktyni.info)



**GYMSTICK** jest przyborem fitness, który został tak zaprojektowany, aby uprościć i połączyć trening sprawności sercowo-naczyniowej, wytrzymałości mięśniowej i gibkości. Łączy ćwiczenia z użyciem drążka gimnastycznego i gum oporowych w jeden skuteczny trening.