

# BEZPŁATNA ANALIZA SKŁADU CIAŁA ZORGANIZOWANA PRZEZ POLICYJNY KLUB SPORTOWY „MAZURY”

W Gminnym Centrum Kulturalno- Bibliotecznym w Dąbrównie odbyła się bezpłatna analiza składu ciała zorganizowana przez policyjny Klub Sportowy „MAZURY”. Porad dietetycznych oraz treningowych udzielał kierownik tamtejszego posterunku Policji- mł. asp. Artur Uścińowicz oraz dietetyk- Paulina Ruciak.

Podstawowym celem Policyjnego Klubu Sportowego „MAZURY” jest podnoszenie i rozwój sprawności fizycznej jego członków, doskonalenie uzdolnień i sprawności fizycznych oraz promowanie sportu, ratownictwa, rekreacji ruchowej oraz zdrowego stylu życia wśród mieszkańców naszego regionu.

W miniony piątek (31.01.2020) dzięki uprzejmości wójta gminy Dąbrówno Piotra Zwalińskiego oraz Dyrektora Gminnego Centrum Kulturalno- Bibliotecznego w Dąbrównie Daniela Drobisza w siedzibie Centrum odbyła się bezpłatna analiza składu ciała połączona z poradami dietetycznymi oraz treningowymi. Organizatorem spotkania był Policyjny Klub Sportowy „MAZURY”. Na mieszkańców gminy czekał mł. asp. Artur Uścińowicz- kierownik Posterunku Policji w Dąbrównie oraz Paulina Ruciak- dietetyk.

Osoby, które zgłosiły się do analizy miały okazję poznać m.in. swoją masę ciała, poziom tkanki tłuszczowej, poziom tkanki mięśniowej oraz zawartość wody w organizmie. Ponadto, prowadzący spotkanie mł. asp. Artur Uścińowicz oraz Paulina Ruciak udzielali porad dietetycznych oraz treningowych zarówno dla osób chcących schudnąć jak i tych, których celem jest nabranie tkanki mięśniowej czy poprawa wydolności treningowej.

Przedsięwzięcie cieszyło się dużym zainteresowaniem, dlatego jego organizatorzy nie wykluczają kolejnych spotkań.

Źródło: PKS Mazury

