



DRUGA EDYCJA LET'S MOVE CAMP JUŻ ZA NAMİ!

OD 30. CZERWCA DO 05. LIPCA SZEŚCIU INFLUENCERÓW WZIĘŁO UDZIAŁ W CAMPIE, KTÓREGO BYLIŚMY ORGANIZATOREM. PODOBNIIE JAK I W UBIEGŁYM ROKU UCZESTNICY TYGODNIA METAMORFOZY WRÓCILI Z OBOZU ZADOWOLENI I Z GŁOWAMI PEŁNYMI NOWEJ WIEDZY.



Tym razem Let's Move Camp odbył się w okolicach Kawęczyna. Każdego dnia uczestnicy mieli treningi sportowe i indywidualne konsultacje z dietetyczką i psychodietetyczką. W tym roku nowością były warsztaty kulinarne z udziałem dietetyczki.

Można było dowiedzieć się, jak przygotować na szybko zdrowe i smaczne przekąski.

Tego typu wydarzenie to idealne rozwiązanie dla osób, które mają ambiwalentne odczucia względem jakichkolwiek diet innych niż swoja, czy też aktywności ruchowej. Przez kilka dni uczestnicy zobaczyli, że wystarczą drobne zmiany zachowań w zgodzie z samym sobą, aby zacząć zdrową przygodę.