

Primeiro nós fazemos nossos hábitos.
Depois, nossos hábitos nos fazem.

MUDE 1 HÁBITO

Existem hábitos positivos e negativos. E seja lá qual forem os seus, vale lembrar: apesar de difícil, os maus podem ser mudados e os bons adquiridos. E não precisa começar de forma drástica e somente às segundas-feiras. Aos poucos, com pequenos passos, é possível conquistar grandes mudanças.

PROGRAMAÇÃO

26 de maio de 2019
Av. Agamenon Magalhães - Das 8h às 11h
Aulão de Crossfit
Massagem
Slackline
Frescoball
Skate

30 de Junho de 2019
Clínica de Fisioterapia Unimed - Das 8h às 11h
Aulão de Hidroginástica* (Agendamento obrigatório pelo 81 2103.5099)
**Exclusivo para clientes Unimed Caruaru*

28 de julho de 2019
Praça Coronel Chico Porto - Das 8h às 11h
Aulão Corpo e Mente
Ioga
Biblioteca Móvel

25 de agosto de 2019
Av. Agamenon Magalhães - Das 8h às 11h
Aulão de Fit Dance
Barraquinha Farmácia Saudável

15 de setembro de 2019
Praça Coronel Chico Porto - Das 8h às 11h
Slackline
Frescoball
Skate
Aulão de dança

29 de setembro de 2019
Av. Agamenon Magalhães - Das 8h às 11h
Aulão de Crossfit
Slackline
Frescoball
Massagem

27 de outubro de 2019
Av. Agamenon Magalhães - Das 8h às 11h
Aulão de Fit Dance Kids
Oficina de pintura
Barraquinha Farmácia Saudável

24 de novembro de 2019
Corrida Unimed Caruaru 30 anos
Horários de largada e maiores informações estarão nas nossas redes sociais.

sindcapp

ANS - nº 340952

Mais informações:

Viver Bem Unimed | Medicina Preventiva
Av. Agamenon Magalhães, 1019, Edif. Agamenon Empresarial, 6º andar
Maurício de Nassau, Caruaru-PE - 81.2103.5099

unimed.coop.br/web/caruaru
unimed/caruaru @unimedcaruaru

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed Caruaru

MUDE 1 HÁBITO