



# גמאני רצה

קבוצת ריצה וכושר קהילתית ללא עלות  
לנשות עמק יזרעאל שמתמודדות עם סרטן השד  
בהובלת המאמנות גלית גוטמן דוד ושני אלגבי  
הפעילות בעידוד ובחסות סגנית ראש המועצה דליה אייל ובחסות מחלקת הספורט

- ✓ שמירה על בריאות כללית וחיזוק המערכת החיסונית
- ✓ כושר גופני
- ✓ הרזיה וצמצום היקפים
- ✓ הפחתת תופעות הלוואי לטיפולים
- ✓ מותאם למתחילות, ללא ניסיון, מהצעד הראשון
- ✓ מסגרת חברתית חמה ותומכת
- ✓ מאמנות ריצה מוסמכות, בהתנדבות



פרטים ורישום:

04-6520006 (עינב/דליה)

[einavc@eyz.org.il](mailto:einavc@eyz.org.il)

גמאני רצה

גמאני - גם אני חליתי בסרטן השד

[gamani\\_run](https://www.instagram.com/gamani_run)