



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 30. 5. 2022 | redakce Vím, co jím

Prožijte červen aktivně a zdravě. Aplikace se vrací!

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Prozijte-cerven-aktivne-a-zdrave.-Aplikace-se-vraci!__s10012x20296.html

Po velmi úspěšné zimní akci 60 dnů aktivně a zdravě jsme tu zpět! Výzvy vás bavily natolik, že jsme se rozhodli aplikaci znovu oživit a již 1. června 2022 projekt s bezplatnou mobilní aplikací pokračuje, tentokrát pod názvem Léto aktivně a zdravě.

LIKVIDACE
TUKOVÝCH
ZÁSOB

Lét
aktivně
a zdravě

Stáhnout v
Google Play

NYNÍ NA
App Store

PARTNER PROJEKTU: YVES ROCHER
Bretagne, France

REALIZACE: FOCUS

Apka plná výzev a inspirací

Zkoušeli jste někdy změnit svůj životní styl? Jak to dopadlo? Změnit své návyky není tak jednoduché, jak by se na první pohled mohlo zdát. Ne každý umí sám

nad sebou stát s bičem. Většina lidí potřebuje k činům postrčit, motivovat a provázet celým procesem. To je právě cílem celé aplikace. Ukázat počátek cesty, jak se dostat zpátky do kondice, jak získat lepší náladu nebo mít jen hezčí den.

- Čeká nás 30 společných dní, během nichž budeme plnit výzvy z kategorií sport, výživa a relax.
- Odměnou bude nejen dobrý pocit a virtuální odznaky, ale i **možnost zajímavých výher.**

Díky výzvám, kde si vybere každý bez ohledu na aktuální fyzičku, vhodnému jídelníčku a aktivnímu odpočinku, máme všichni šanci užít si nadcházející léto naplno a zlepšit celkovou spokojenost ve svém životě.

Nažhavte se na léto

- Rozjedte to s námi znovu v **aplikaci Léto aktivně a zdravě.**
- **Zapojte se do výzev**, sdílejte výsledky a vyhrávejte.
- Díky zapojení společně poznáme, že **i malé změny v životním stylu mají vliv na naše zdraví** a lze je zařadit snadno a zábavnou formou.
- Dostatečný **pohyb, správná výživa a psychická pohoda** – to je základ pro zdraví i pro dobrou kondici.

Stáhněte si zdarma aplikaci a bavte se

- Více informací: www.aktivneazdrave.cz/aplikace
- [Google Play pro Android](#)
- [App Store pro iOS](#)
- Pokud již aplikaci v telefonu máte z minulých běhů, stačí si ji **pouze zaktualizovat**.



Partner projektu

Odborným garantem mobilní aplikace Léto aktivně a zdravě je nezisková společnost Víím, co jím a piju. Partnerem projektu je společnost [Yves Rocher](#).



YVES ROCHER

Bretagne, France



[Aktivně a zdravě aplikace chodící výzva Léto aktivně a zdravě soutěž o ceny sportovní výzva Yves Rocher zpátky do formy](#)

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz