RSM Health Program

*September 2019*

RSM Run Day, *6-th Round.*

Приєднуйтесь до корпоративної програми ***RSM Run Day***, яка вдалостартувала ***23 червня 2019*** ***року,*** де ми зробили крок у напрямку до здорового та радісного життя.

Наступна зустріч планується на ***21.09.2019 р.***

Що таке RSM Health Program

* Це ініціатива спрямована на поширення серед співробітників культури здорового способу життя.
* Реалізується шляхом проведення різноманітних спортивних заходів.
* Варіанти: тренувальні та різноманітні публічні спортивні заходи (марафони, корпоративні чемпіонати і т.д.).

Заходи RSM Run Day

* Корпоративні тренування.
* Виїзні корпоративні заходи.
* Муніципальні та глобальні спортивні заходи, присвячені здоровому способу життя.

Програма RSM Run Day. Захід: Корпоративне тренування

* Організатори заходу: співробітники та HR Team RSM.
* Учасники заходу:
* співробітники RSM;
* члени їх родин;
* друзі.
* Загальна тривалість 2-3 години.
* Базові дистанції: 3 км, 5 км, 8 км.

Програма заходу на 21.09.2019 р.

* 9.00 Збір на станції метро Хрещатик.
* 9.15 – 9.40 Прогулянка до точки старту.
* 9.45 – 9.55 Розминка.
* 10.00 – 10.40 Біг або ходьба.
* 10.50 – 11.40 Підведення результатів.
* 11.00 Вільний час для особистого відпочинку та прогулянки.

***Візьми друга та приходь!***

Необхідні речі

* Зручний спортивний одяг для бігу або ходьби.
* Питна вода.
* Чудовий настрій.

Контакти

РСМ УКРАЇНА КОНСАЛТИНГ

Україна, 03680 Київ

вул. Фізкультури 28

тел./факс +380 (44) 591 27 27

www.rsm.ua