

BESEDA S PETREM MÁLKEM

BOJOVÝM ZÁCHRANÁŘEM A ODBORNÍKEM NA OTUŽOVÁNÍ

Petr Málek působí v Armádě ČR u bojové jednotky, má specializaci jako bojový záchranář.

Již 8 let se naplno věnuje otužování a studiu fungování lidského organismu při extrémních a zátěžových situacích.

Na besedě, spojené s fotoprojekcí, se dozvíte, jak s otužováním postupně začínat, s jeho přínosy pro tělo i duši a také, pro koho je ze zdravotního hlediska nevhodné.



16. 1. 2024 V 17.30 HOD. – KONFERENČNÍ SÁL