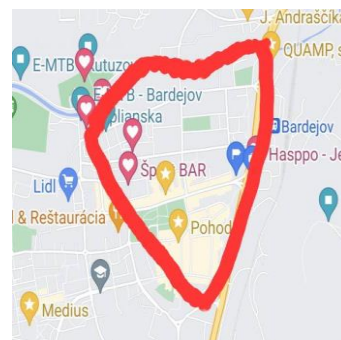


[#Hashtag](#) → [#UseHeart](#)

# VÝZVA SVETOVÉHO DŇA SRDCA

Vyzývame vás, aby ste vo svojom meste chodili, behali alebo bicyklovali v tvare srdca. Bez ohľadu na vzdialenosť, ktorú urobíte, každý krok sa počíta pre zdravie vášho srdca. **Chceme do 29. septembra 2022 vidieť čo najviac srdc v čo najväčšom počte miest.** Či už sami alebo v skupine, vytvorte si svoj tvar srdca a zdieľajte ho s ostatnými.



1

## NAPLÁNUJTE SI TRASU

Naplánujte si trasu, aby ste vytvorili svoj najlepší tvar srdca tam, kde sa nachádzate

2

## DOKONČITE SVOJU VÝZVU

Či už dávate prednosť chôdzi, behu alebo bicyklovaniu, doplňte svoje srdce

3

**ODOŠLITE SVOJU SRDCOVÚ TRASU** Pomocou služby Strava môžete zaznamenať, uložiť a zdieľať svoju trasu alebo nahráť fotografiu alebo snímku obrazovky

