



World
PT Day
2026



ΚΑΘΕΣΤΕ ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΚΑΙ ΚΙΝΗΘΕΙΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ!

Ξεκινήστε **νωρίς**
Μείνετε **δραστήριοι**
Συνεχίστε να
κινείστε **εφ' όρου ζωής**



Η σωματική δραστηριότητα
σε οποιαδήποτε ηλικία
βελτιώνει την υγεία, την
ανεξαρτησία και την
ποιότητα ζωής.



Ένας φυσικοθεραπευτής
μπορεί να σας
συμβουλευσει πώς να
ασκείστε με ασφάλεια και
να φτάσετε στα
συνιστώμενα
επίπεδα
δραστηριότητας.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay
8 Σεπτεμβρίου
www.world.physio/wptday