

F1. Karolio Dineikos sporto ir sveikos gyvensenos fakultetas

Dekanė – Irena Kavaliauskienė

Karloio Dineikos sporto ir sveikos gyvensenos fakultetas vienija TAU klausytojus, kurie nori aktyviai ir prasmingai leisti laiką, stiprinti savo sveikatą bei patirti judesio džiaugsmą. Čia vyksta mankštos gryname ore, sportiniai žaidimai (petankė, smiginis, kukūrinis ir kt.), bendrystės žygiai ir kitos veiklos, padedančios išlaikyti fizinį aktyvumą bei gerą savijautą.

Fakultetas taip pat skatina sveiką gyvenseną ir sąmoningą kasdienybę: organizuojamos paskaitos apie subalansuotą mitybą, patarimai, kaip stiprinti imunitetą, išlaikyti energiją ir rūpintis savo kūnu. Šiame fakultete senjorai ne tik sportuoja, bet ir mokosi gyventi sveikiau, išmintingiau ir su dar didesne pagarba savo gerovei.