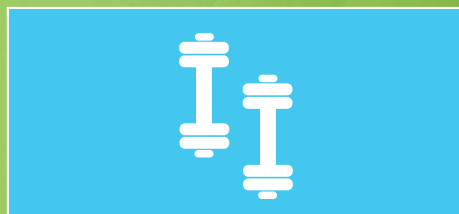
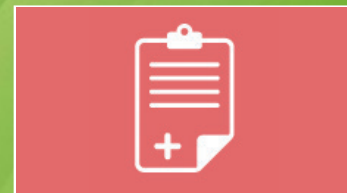
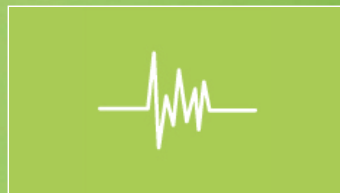




Уфимский колледж  
радиоэлектроники,  
телекоммуникации  
и безопасности

## СТИЛЬ ЖИЗНИ-ЗДОРОВЬЕ!



# 6 ПРИЧИН НАЧАТЬ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

1

## ЖЕЛАНИЕ ТРЕНИРОВАТЬСЯ

Вы нормализуете свой вес. Если он был избыточным, то вы похудеете, если недостаточным — поправитесь

2

## ПОЛНОЕ ВНИМАНИЕ

Еще до начала здорового образа жизни, Вы будете сосредоточены только на Себе

3

## АБСОЛЮТНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

вы будете меньше болеть или совсем забудете о болезнях. Вы будете прекрасным примером для своих детей

4

## ГОРДОСТЬ ЗА СЕБЯ

Вы молодец. Сделав первый шаг к регулярным занятиям собой Вы почувствуете невероятную гордость за себя

5

## МАКСИМАЛЬНОЕ ПОНИМАНИЕ

Вы будете постоянно развиваться и двигаться вперед. Ваша продуктивность возрастет

6

## ПРИЯТНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ

Вы никогда не пожалеете о своем выборе! И жалеть будете только о тех тренировках, которые пропустите!

