

«Физическая активность – ключевой компонент сохранения здоровья, и нам нужно приложить все усилия, чтобы не высиживать или вылеживать свои болезни, а самостоятельно их предупреждать с помощью приятной зарядки» - утверждает специалист в области исследования рака профессор Кен Фокс





**Движение – спутник здоровья.**

**Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.**



**Спорт и туризм укрепляют организм.**



# ОПТИМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ — должен быть!

