**БУДЬТЕ АКТИВНЫ И ЗДОРОВЫ!**



**Регулярные физические нагрузки – это основа правильного образа жизни.**

**Любая физическая активность несомненно лучше, чем её отсутствие и каждому человеку очень важно обеспечивать достаточный её уровень на протяжении всей жизни.**

