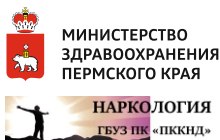
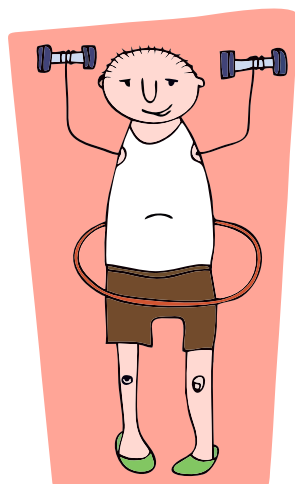


ЖИЗНЬ ГОРАЗДО ИНТЕРЕСНЕЙ:



ЖИЗНЬ – ЭТО

- ✓ упорные тренировки
- ✓ умение играть
- ✓ в команде наука поражения и радость победы

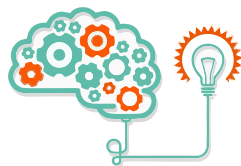


Награда за занятия спортом – это не только мышцы

После 30 минут постоянного движения в организме активно выделяется эндорфин. Чем выше его уровень, тем лучше настроение и легче дается все, в том числе и усвоение информации.



У спортсменов память лучше. При регулярной физической нагрузке значительно увеличивается концентрация адреналина и норадреналина, которые отвечают за нормальное функционирование памяти.



Пuls, учатившийся в момент тренировки – лучший подарок мозгу. Усиление кровообращения и хорошее обогащение кислородом помогают ему думать.



Спорт позволяет идти вперед и быть сегодня более сильной версией тебя вчерашнего. Сделай шаг навстречу успешному будущему.

