



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ  
- ВЫБОР МОЛОДЫХ!

Сбили с ног — сражайся на коленях, ползти не можешь — лежа наступай!

Василий Маргелов



Жемчужины мысли

[www.inpearls.ru](http://www.inpearls.ru)

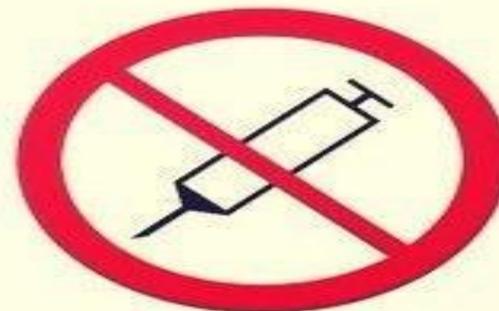


# Команда «Виктория»

**МЫ**

**ЗА**

**ЗОЖ!**



**В жизни главное — здоровье,  
Согласитесь, господа.  
И к нему с большой любовью  
Мы относимся всегда  
Вам расскажем по порядку  
Как здоровье сохранить.**



**Три-четыре, три-четыре.**

**Начинаем приседать —**

**Раз-два-три-четыре-пять.**

**И с особым вдохновеньем**

**Дружно делаем вращения:**



Раз-два-три-четыре.

Не мешает нам порой

Поработать головой,

А еще точнее —

Поработать шей.



**Раз-два-три-четыре.**

**В заключении все вместе**

**Совершаем бег на месте.**

**Ноги в руки дружно взяли —**

**Побежали, побежали!**

**На месте стой, раз-два!!!**





Вот окончена зарядка,  
Обливаемся водой



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ  
– ВЫБОР МОЛОДЫХ!

А потом кричим все внятно,  
Ханымей за ЗОЖ, вперед!

