ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА - СТУПЕНЬ К СДАЧЕ НОРМ ГТО

Все в наших силах, надо только захотеть!
Главная человеческая сила - хотенье!
Хочу - половина могу!

ЧТОБ ЗДОРОВЫМ БЫТЬ СПОЛНА ФИЗКУЛЬТУРА НАМ НУЖНА ОТ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ БУДЕТ СТРОЙНАЯ ФИГУРА.



НАМ ПОЛЕЗНО БЕЗ СОМНЕНЬЯ ВСЕ. ЧТО СВЯЗАНО С ДВИЖЕНЬЕМ ВСЕ ДВИЖЕНИЯ РАЗУЧИМ СТАНЕМ КРЕПЧЕ МЫ И ЛУЧШЕ.



ВОТ ОТЛИЧНАЯ КАРТИНКА МЫ КАК ГИБКАЯ ПРУЖИНКА ПУСТЬ НЕ СРАЗУ ВСЕ ДАЕТСЯ ПОРАБОТАТЬ НАМ ПРИДЕТСЯ.



БУДЕМ ДЕЛАТЬ БЫСТРО ДРУЖНО В ГТО НАМ ОЧЕНЬ НУЖНО.



В РУКИ МЫ ВОЗЬМЕМ СКАКАЛКУ ОБРУЧ , МЯЧ ,ГАНТЕЛИ, ШТАНГУ ВСЕ ДВИЖЕНИЯ РАЗУЧИМ СТАНЕМ КРЕПЧЕ МЫ И ЛУЧШЕ.



ДВИГАЙСЯ БОЛЬШЕ - ПРОЖИВЕШЬ ДОЛЬШЕ



НАЧИНАЙ НОВУЮ ЖИЗНЬ НЕ С ПОНЕДЕЛЬНИКА. А С ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ.



ОТДАЙ СПОРТУ ВРЕМЯ. А В ЗАМЕН ПОЛУЧИ ЗДОРОВЬЕ.



ЦЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: БЫТЬ ЗДОРОВЫМ И С ФИГУРОЙ



ЛОВКИЙ СПОРТСМЕН - ВЫНОСЛИВЫЙ ВОИН.



ФИЗКУЛЬТУРА СОВЕРШЕНСТВУЕТ ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА И ПРОВЕРЯЕТ МОРАЛЬНЫЕ



ФИЗКУЛЬТУРА - ЭТО РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДО СЕДЬМОГО ПОТА.



НАДО ВСТРЯХИВАТЬ СЕБЯ ФИЗИЧЕСКИ. ЧТОБЫ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ НРАВСТВЕННО! (ЛЕВ ТОЛСТОЙ)



ЖИЗНЬ ТРЕБУЕТ ДВИЖЕНИЯ (АРИСТОТЕЛЬ)



ФИЗКУЛЬТУРА - ВРАГ СТАРОСТИ



ОТЖИМАЙСЯ - ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ!



ПОСТАРАЙСЯ ПОЗАБЫТЬ ПРО ДОКТОРОВ.



НАЧИНАЙ СВОЙ ДЕНЬ С ЗАРЯДКИ!



ВЕДЬ ЗДОРОВЬЮ ЦЕНЫ НЕТ!



ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ МОГУТ ЗАМЕНИТЬ МНОЖЕСТВО ЛЕКАРСТВ , НО НИ ОДНО ЛЕКАРСТВО НЕ ЗАМЕНИТ ЗДОРОВЬЕ!
(A . MЮCCE)

