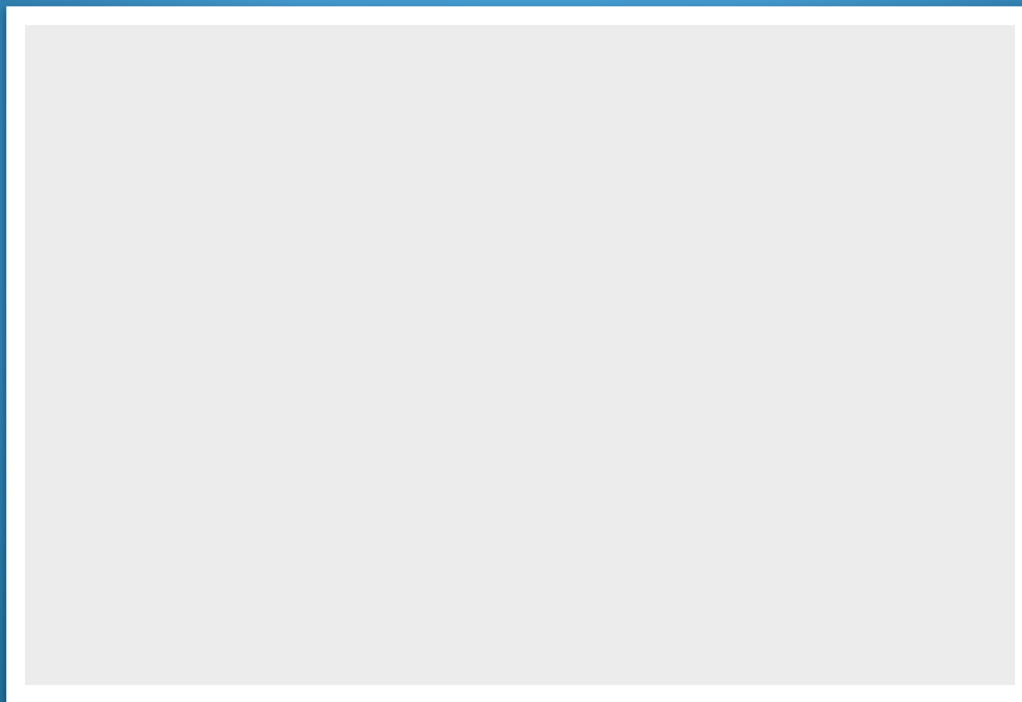


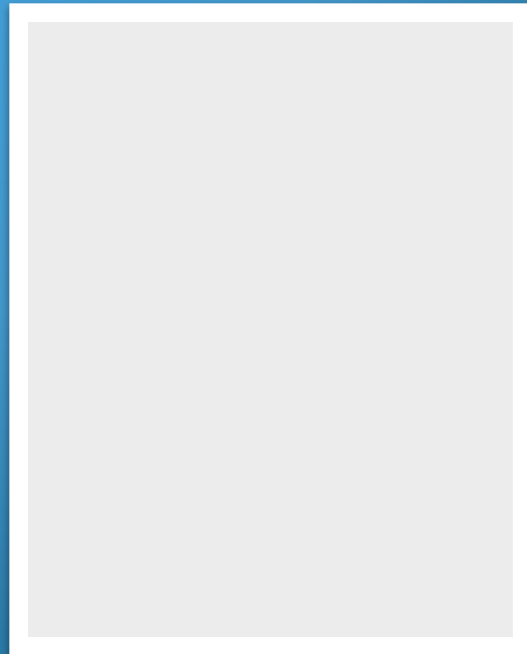
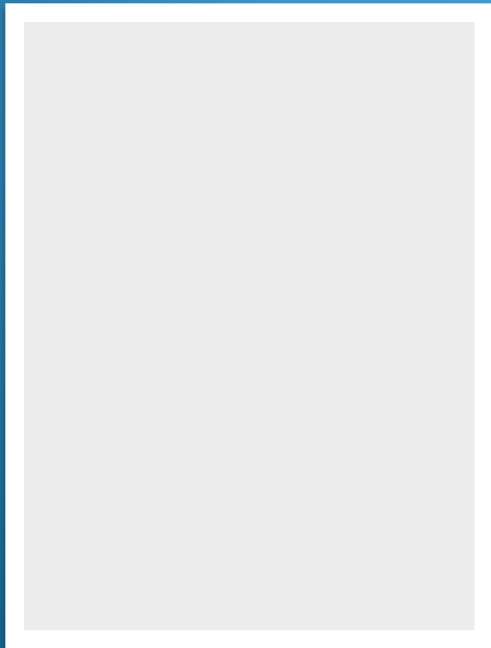
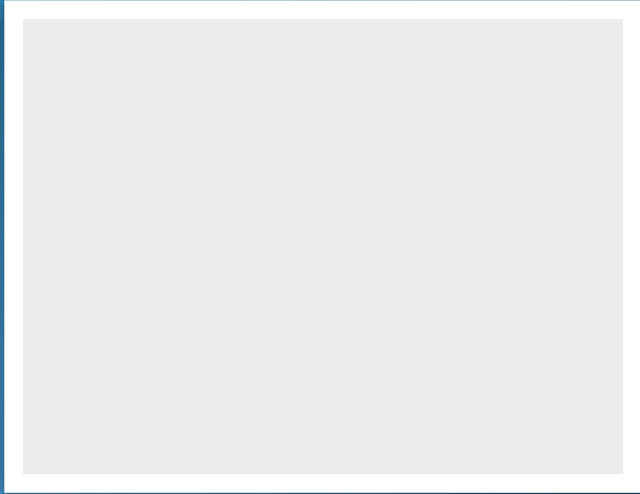
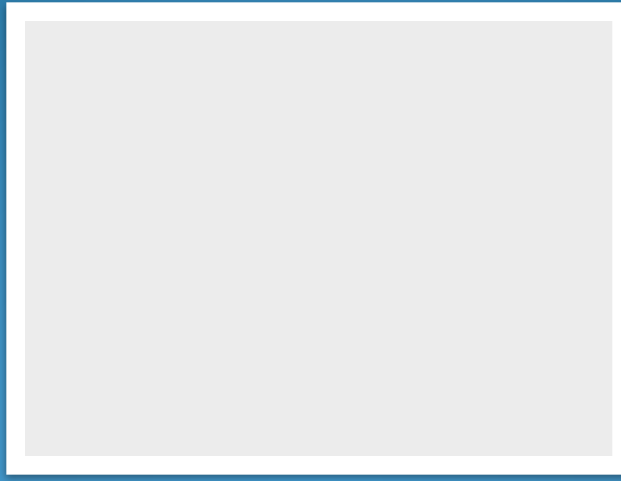
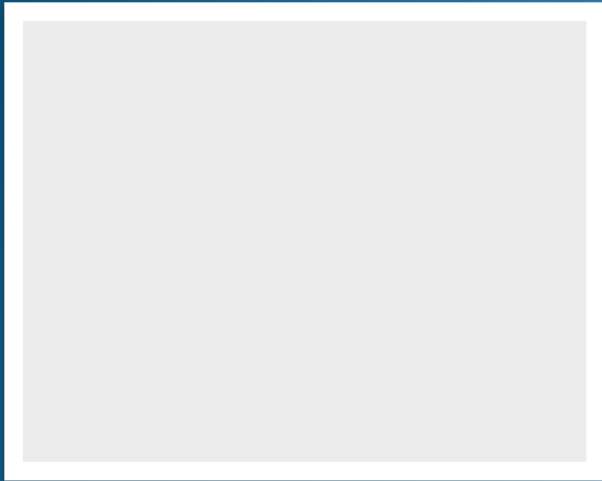
Все о пользе плавания



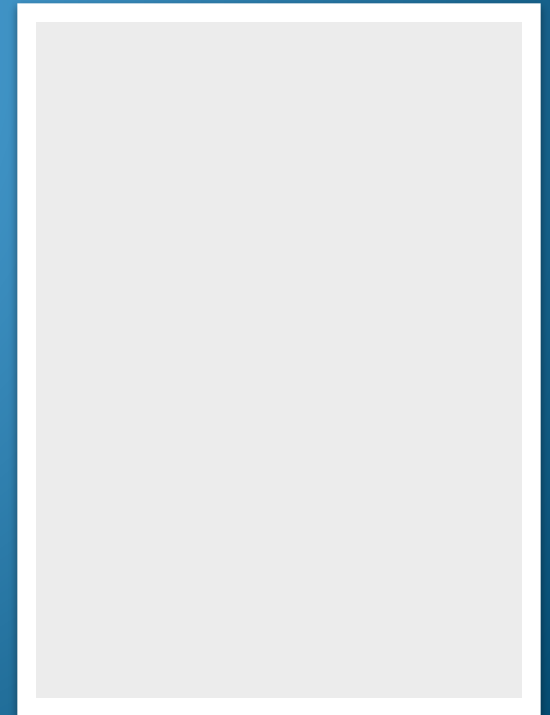
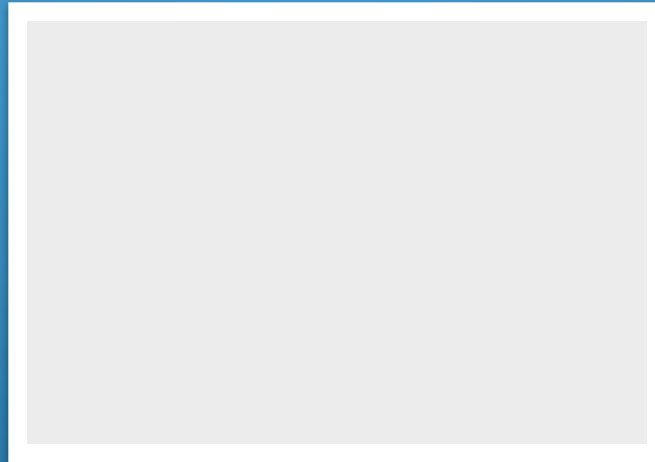
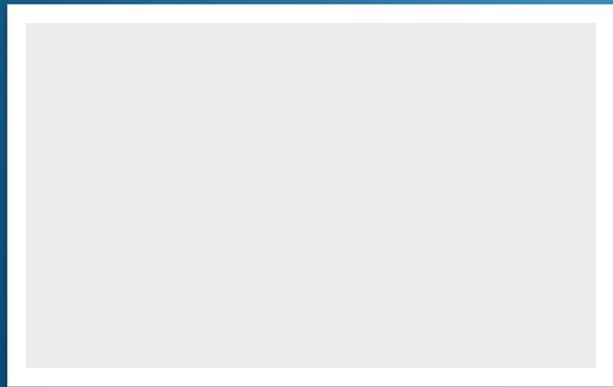
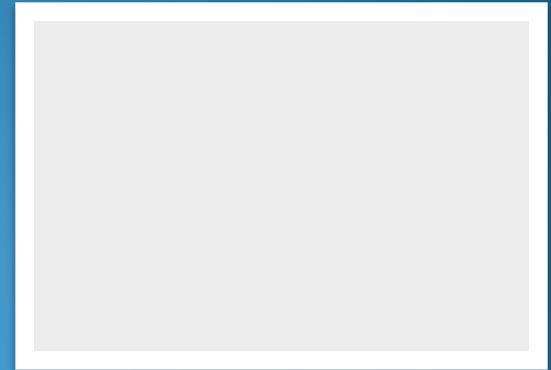
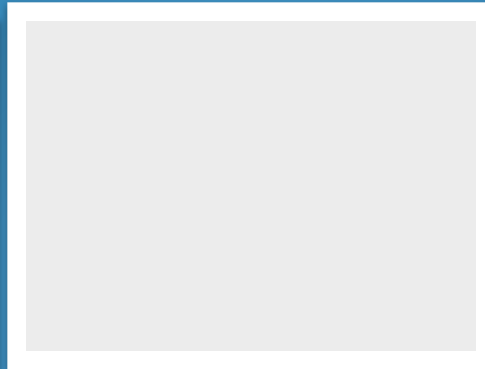
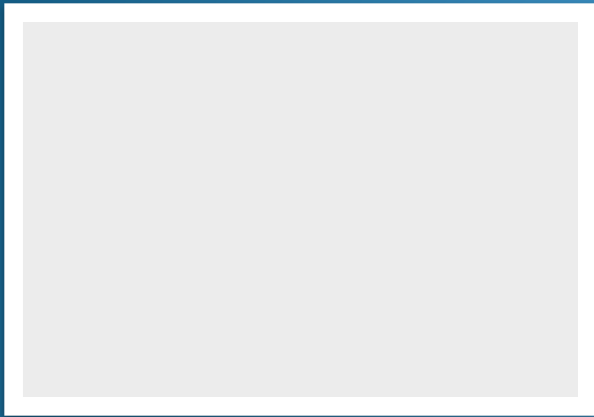
Бог моря Посейдон



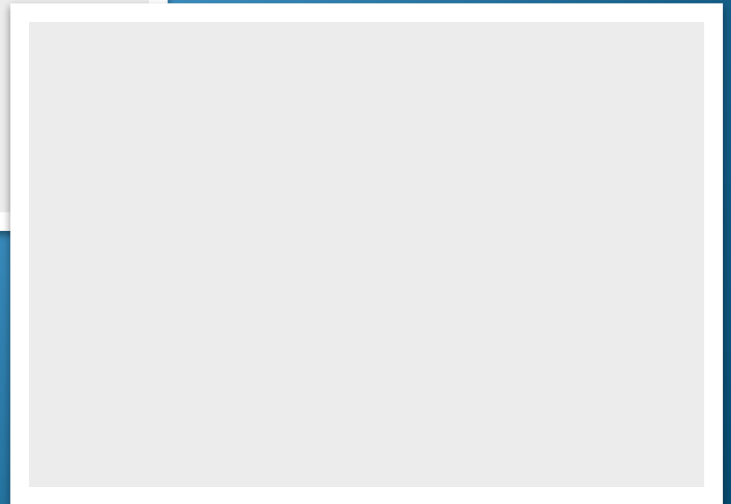
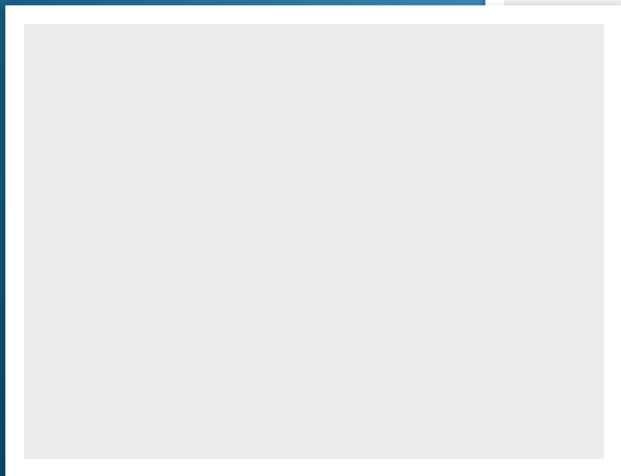
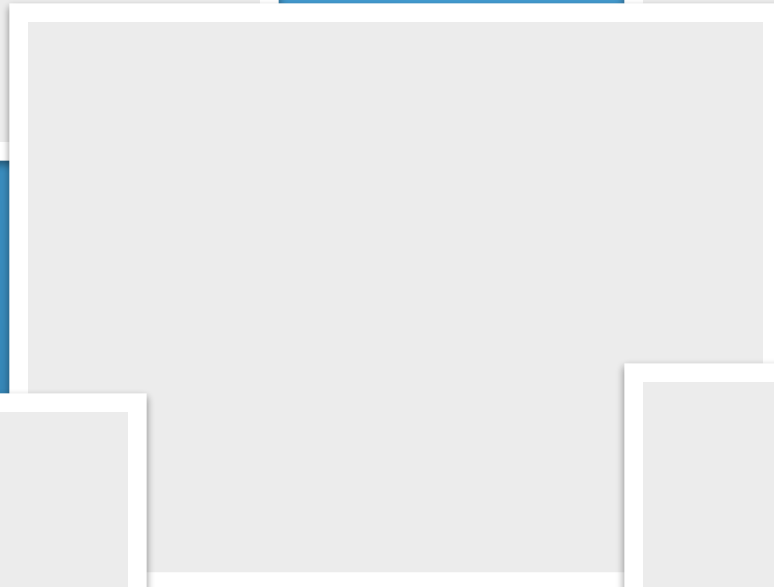
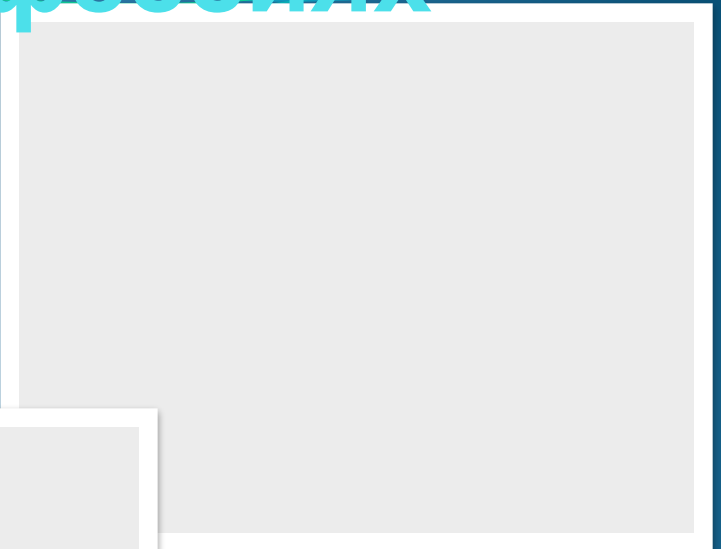
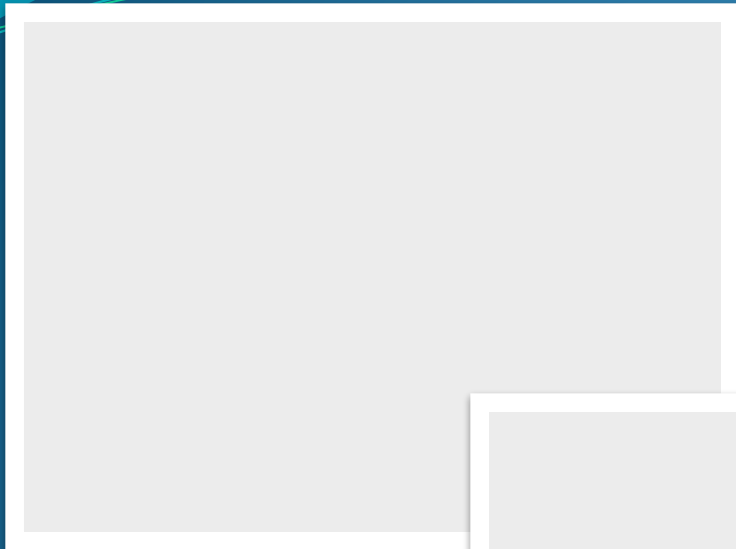
Техника безопасности на воде



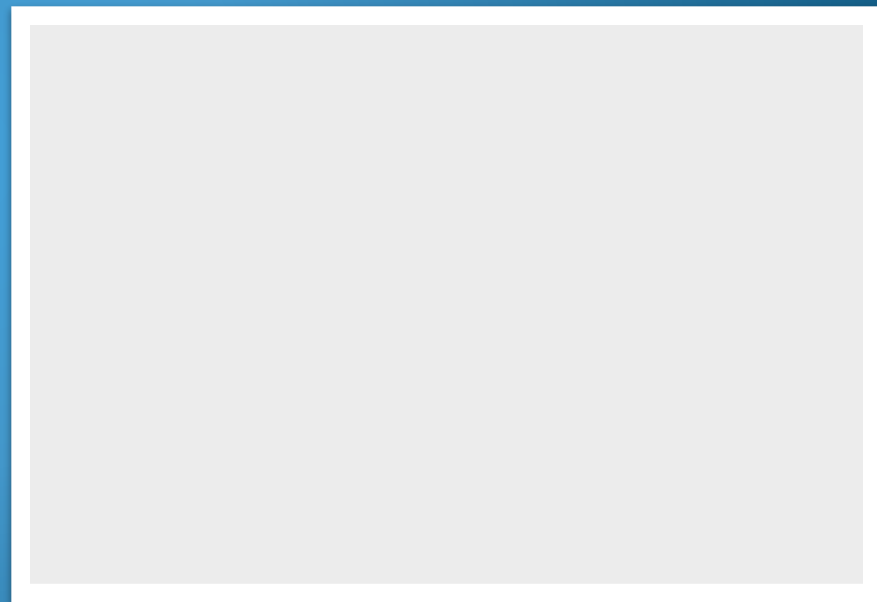
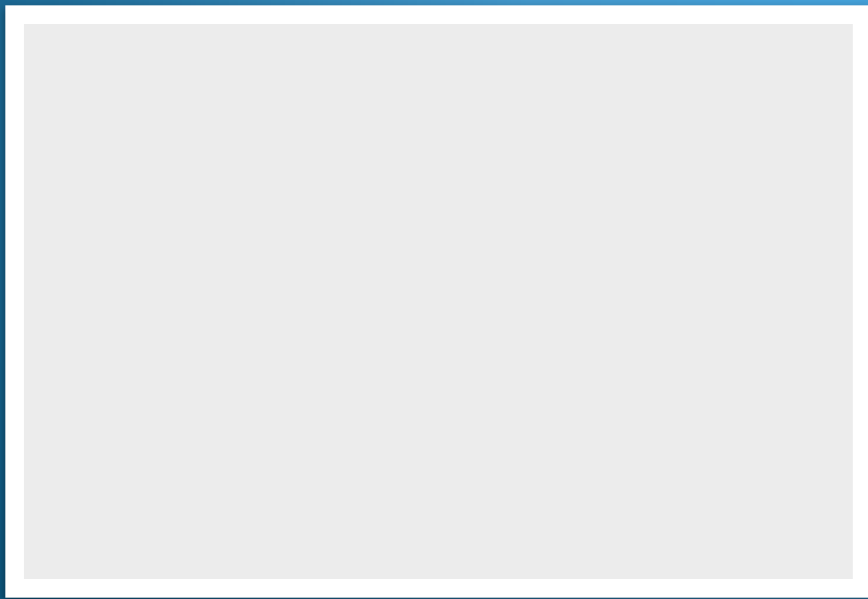
**УМЕНИЕ ПЛАВАТЬ, ПРИОБРЕТЕННОЕ В
ДЕТСТВЕ,
СОХРАНЯЕТСЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ.**



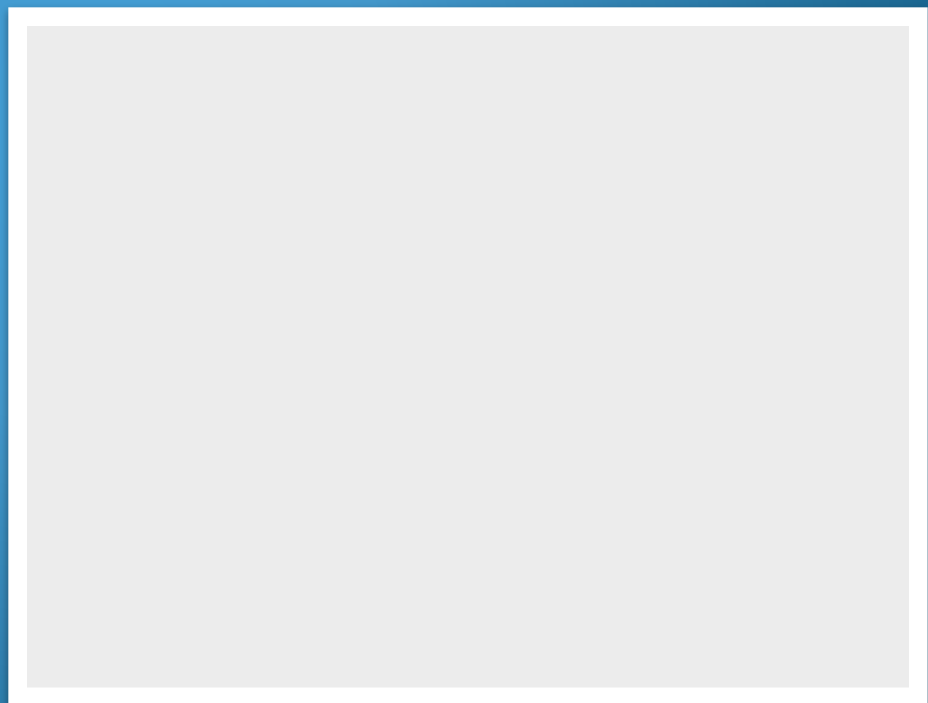
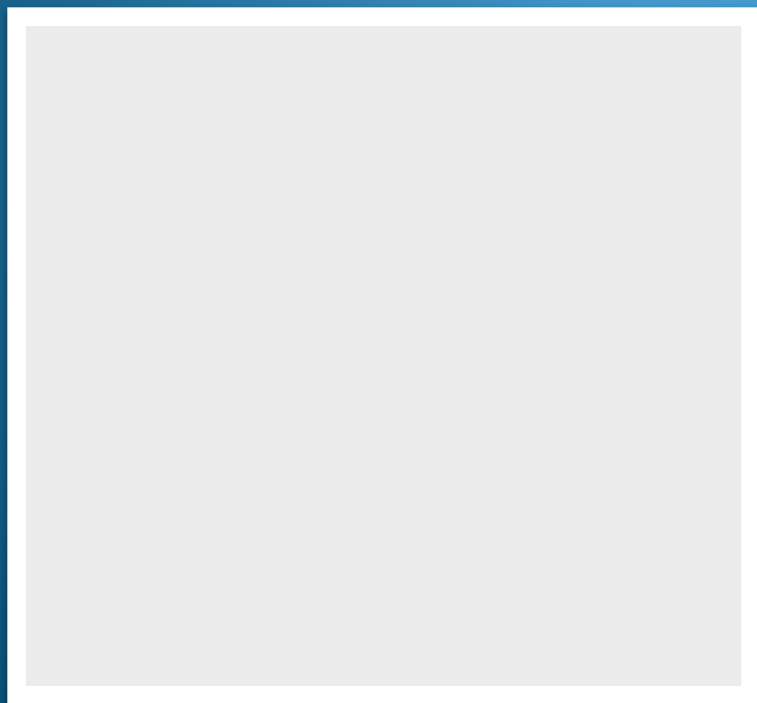
Плавание в профессиях



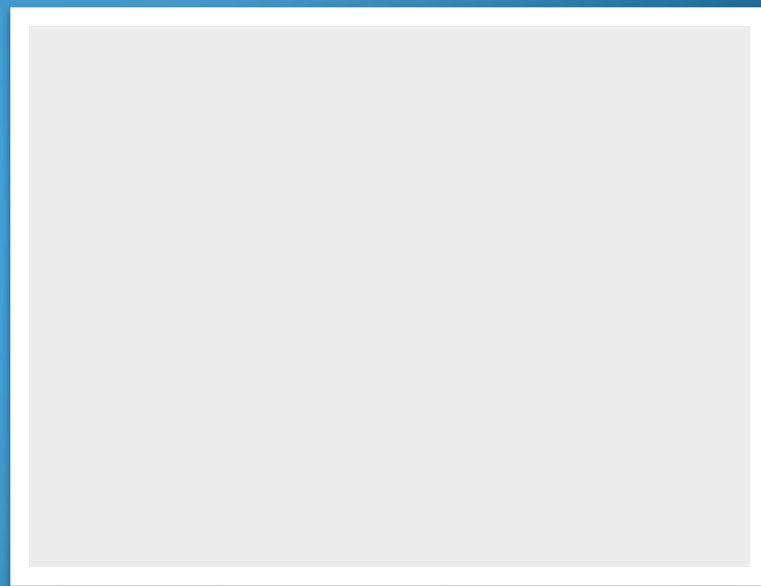
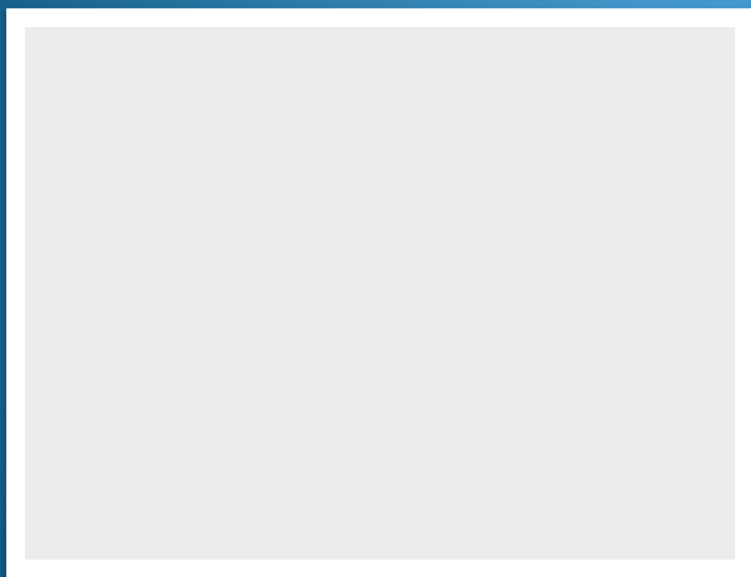
**Быть здоровым
модно, и престижно!**



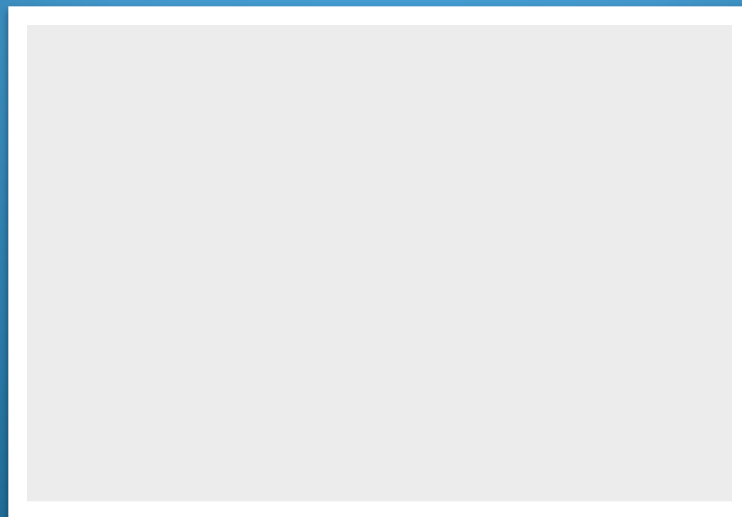
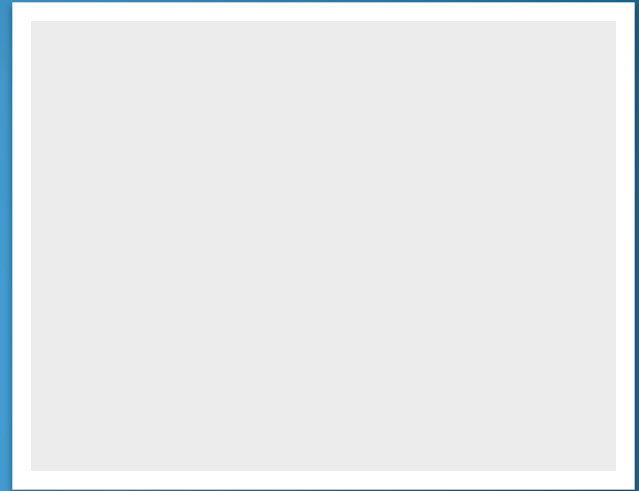
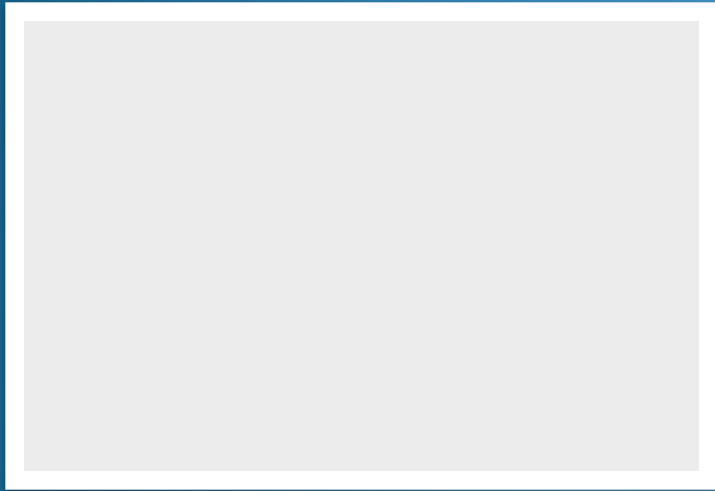
**Хочешь быть здоровым –
будь им!**



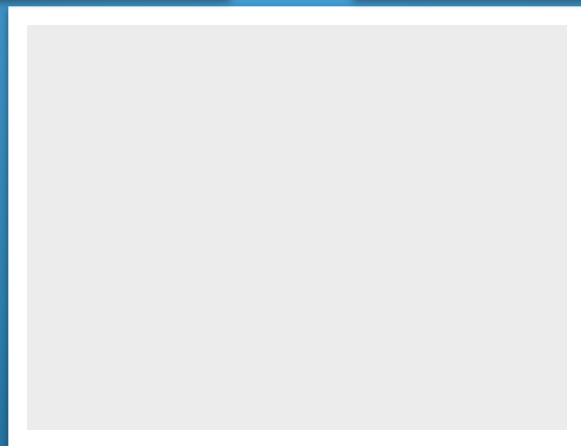
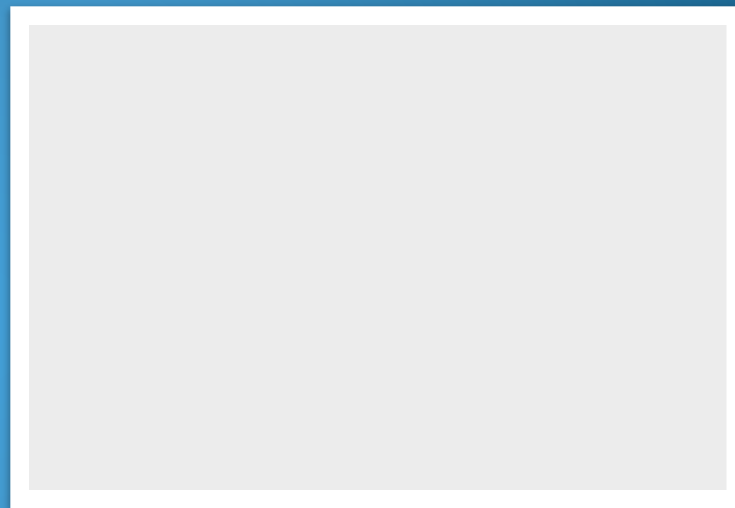
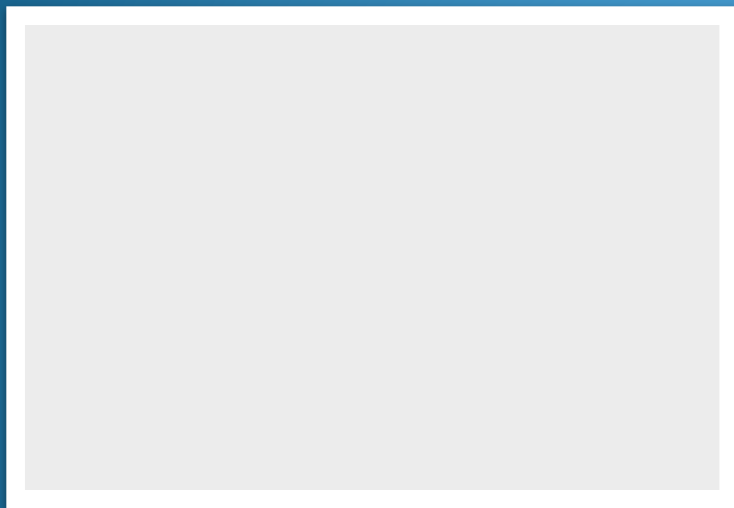
Упражнения в воде



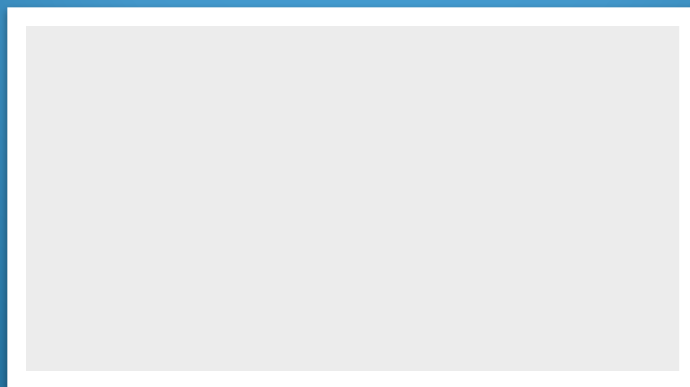
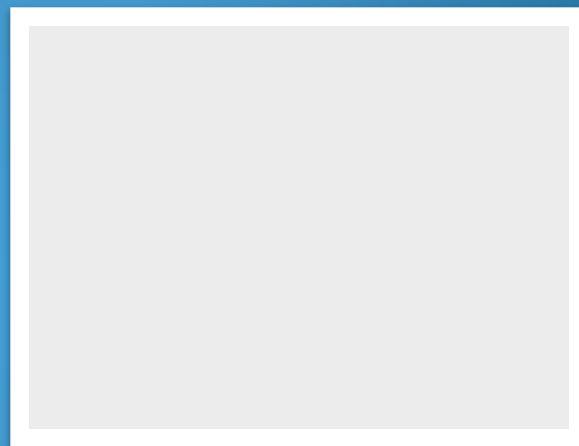
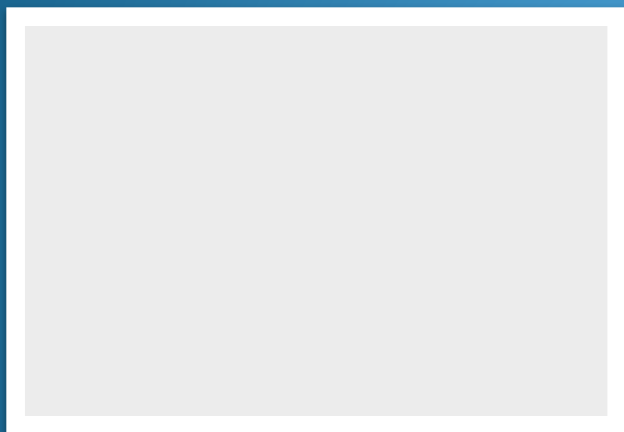
Действие воды на организм



Регулярно занимайтесь плаванием!

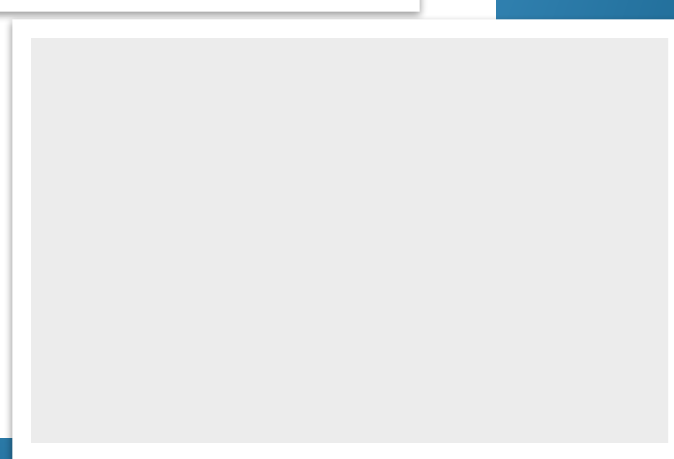
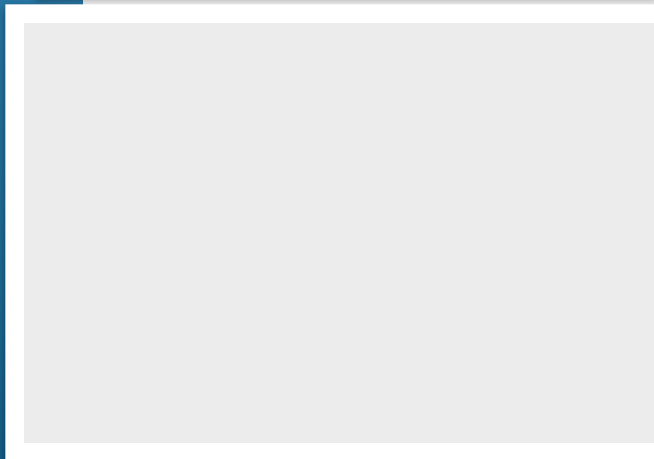
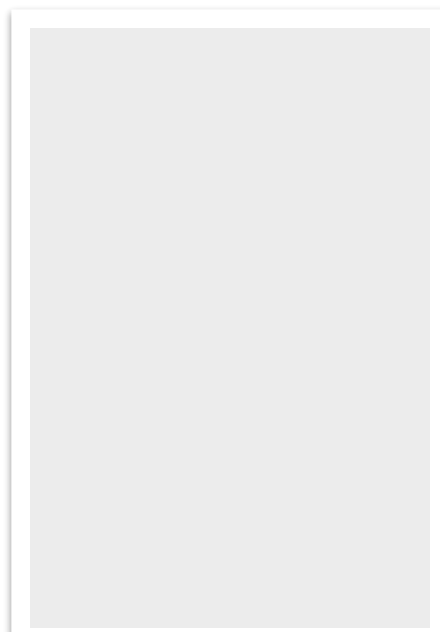
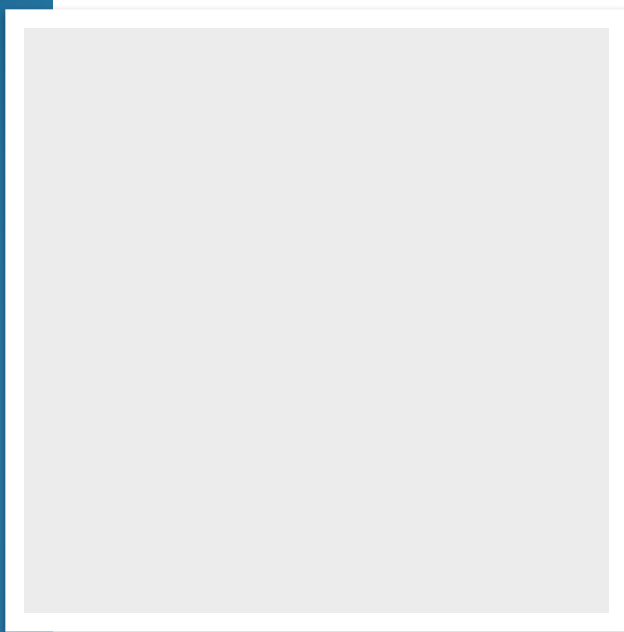


Плавание полезно для здоровья!

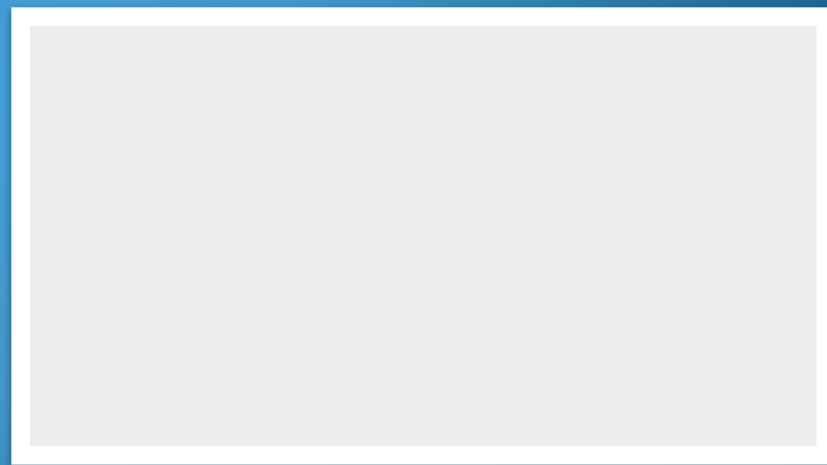
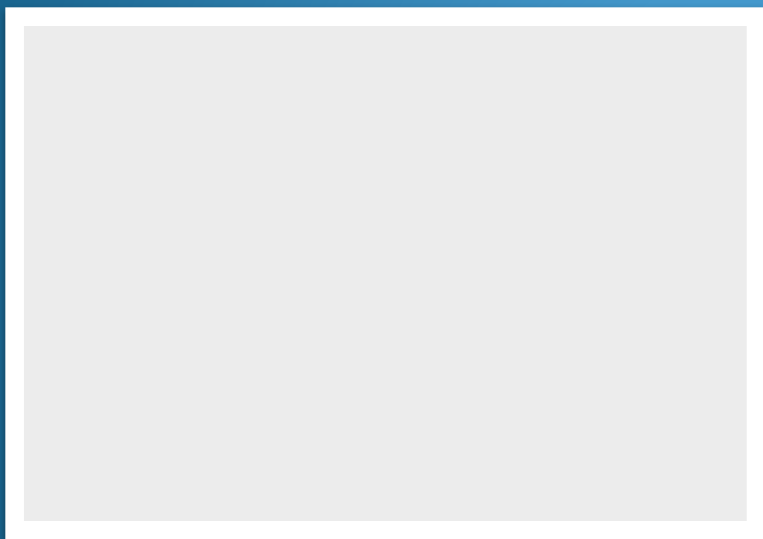


Сегодня модно быть
здоровым!

НЕТ – вредным привычкам!



«В здоровом теле – здоровый
дух!»



Значимость плавания для здоровья человека

- Плавание повышает общую выносливость организма.
- Плавание помогает закаливанию организма, повышает иммунитет.
- Регулярные занятия плаванием укрепляют нервную систему, повышают настроение, помогают справиться со стрессами и бессонницей.
- Занятия плаванием способствуют укреплению сердечнососудистой системы.
- Плавание благоприятно воздействует на органы дыхания.
- Плавание помогает укреплению всех групп мышц.
- Плавание снижает нагрузку на позвоночник, что помогает в формировании правильной осанки.
- Плавание укрепляет суставы и весь опорно-двигательный аппарат, развивает гибкость.
- Плавание помогает в борьбе с лишним весом и очень полезно для формирования красивой фигуры.

**Спасибо за
внимание!**