



**ВСЕРОССИЙСКИЙ
ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНЫЙ
КОМПЛЕКС**

**ГОТОВ
К ТРУДУ
И ОБОРОНЕ**

«Получен от природы дар –
не мяч и не воздушный шар,
не глобус это, не арбуз
– **З * * * * *** **Е** – очень хрупкий груз.

Чтоб жизнь счастливую прожить, его нам
надо сохранить!





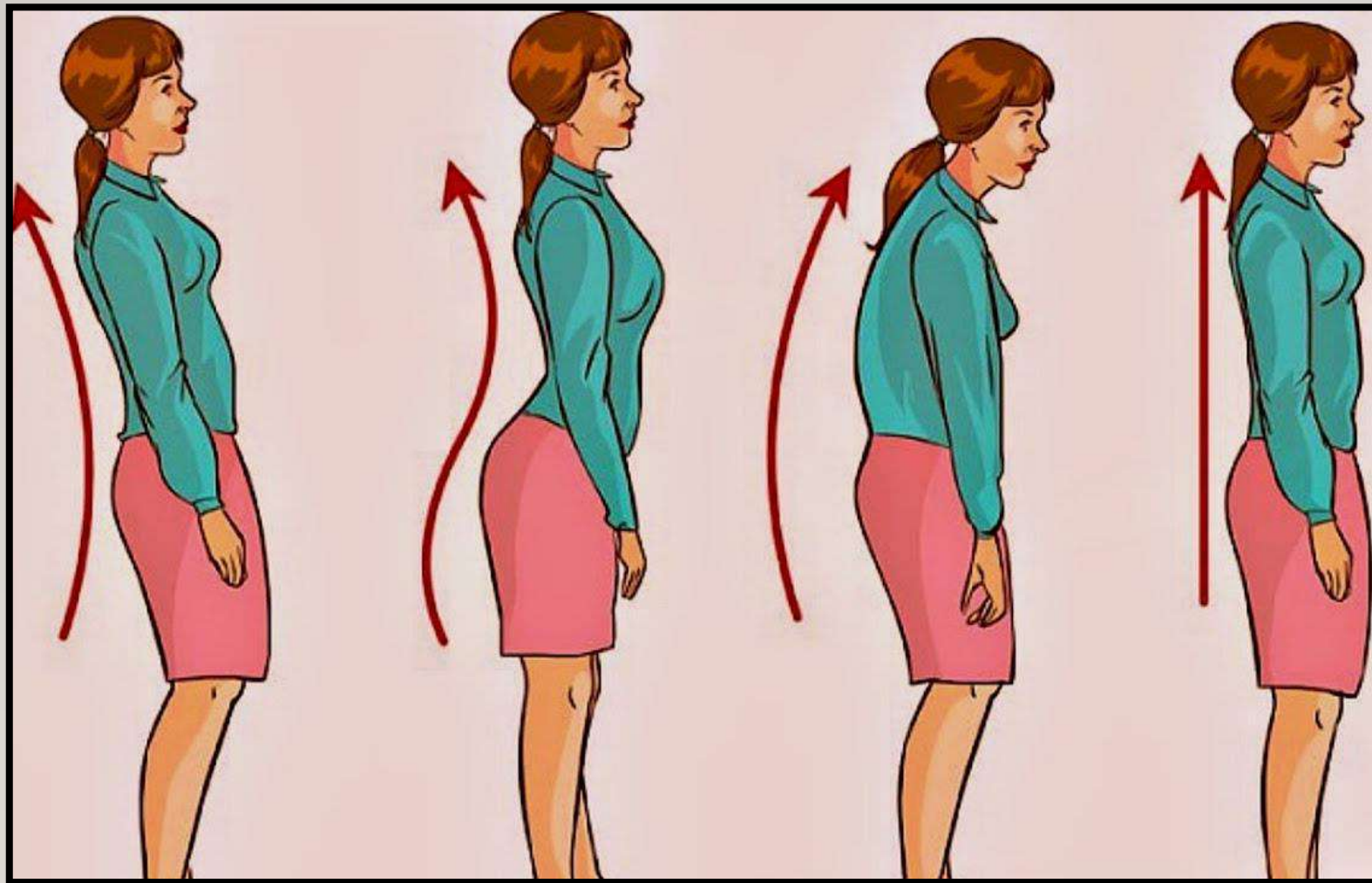
Латынина Лариса Семеновна



9 кратная Олимпийская чемпионка

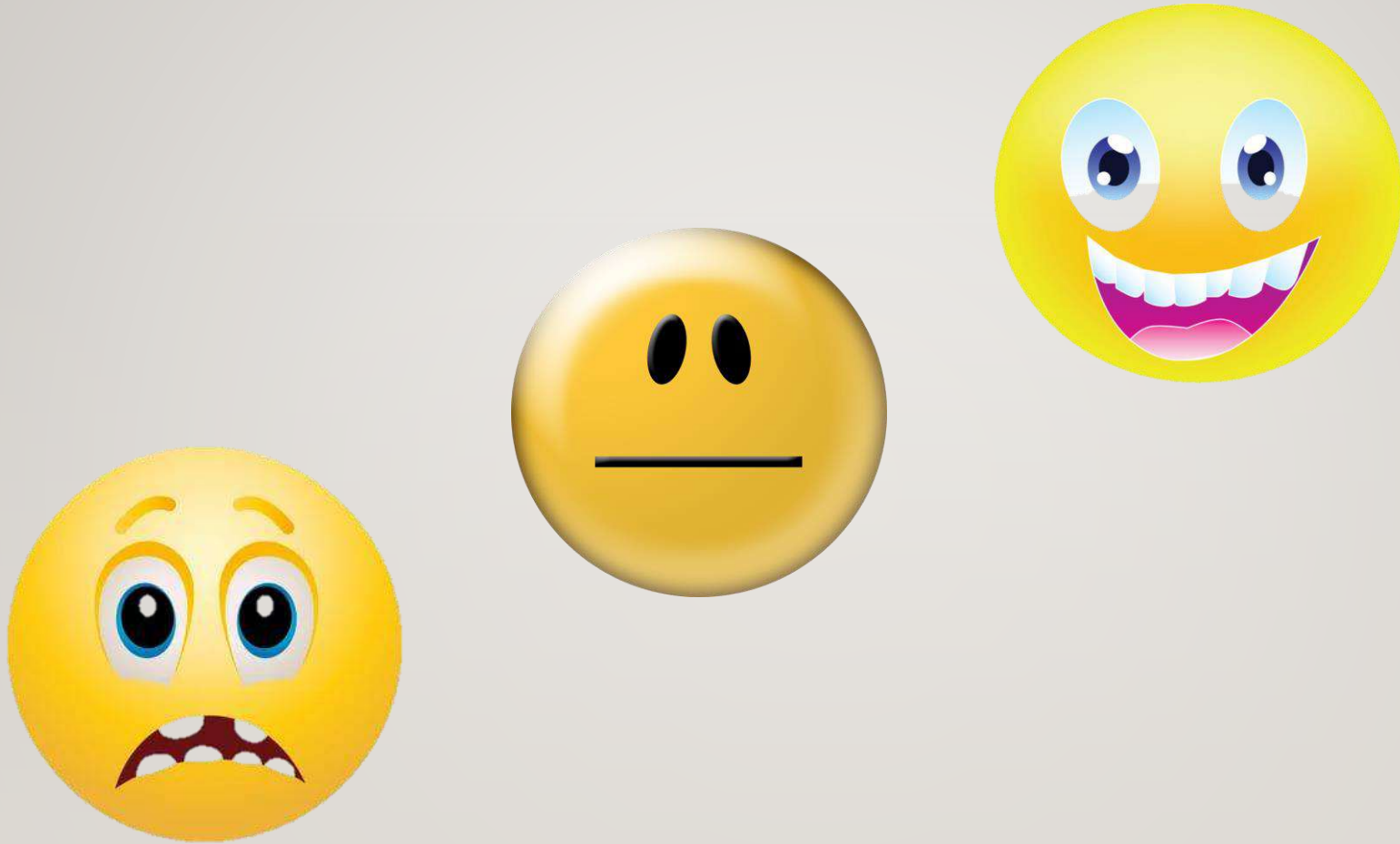


Влияние гимнастики на наш организм:



ФОРМИРУЕТ ОСАНКУ

Влияние гимнастики на наш организм:



ПОВЫШАЕТ НАСТРОЕНИЕ

Влияние гимнастики на наш организм:



УЛУЧШАЕТ СОН

Влияние гимнастики на наш организм:



УЛУЧШАЕТ АППЕТИТ

Егорова Любовь Ивановна

*Посол ГТО в Санкт-Петербурге
Почетный житель Санкт-Петербурга
6- кратная Олимпийская чемпионка*

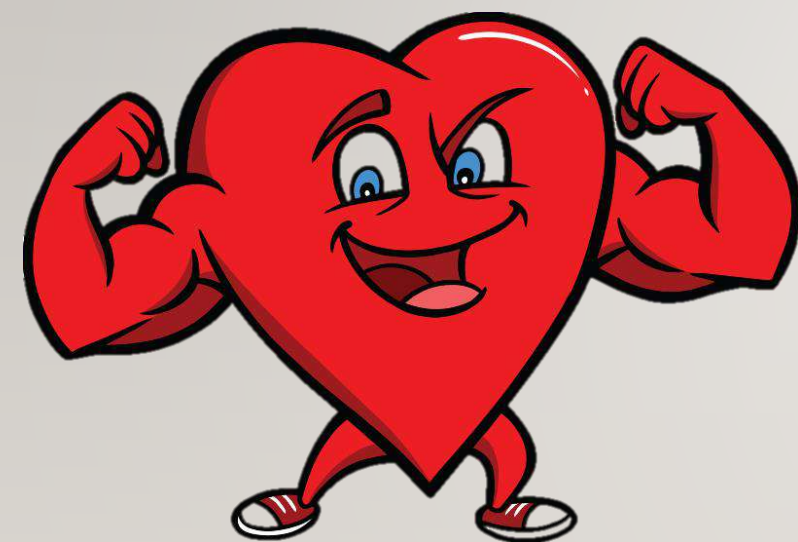


Влияние занятиями лыжной подготовкой на наш организм:



ЗАКАЛИВАНИЕ ОРГАНИЗМА

Влияние занятиями лыжной подготовкой на наш организм:



УКРЕПЛЯЕТ СЕРДЦЕ

Валуев Николай Сергеевич



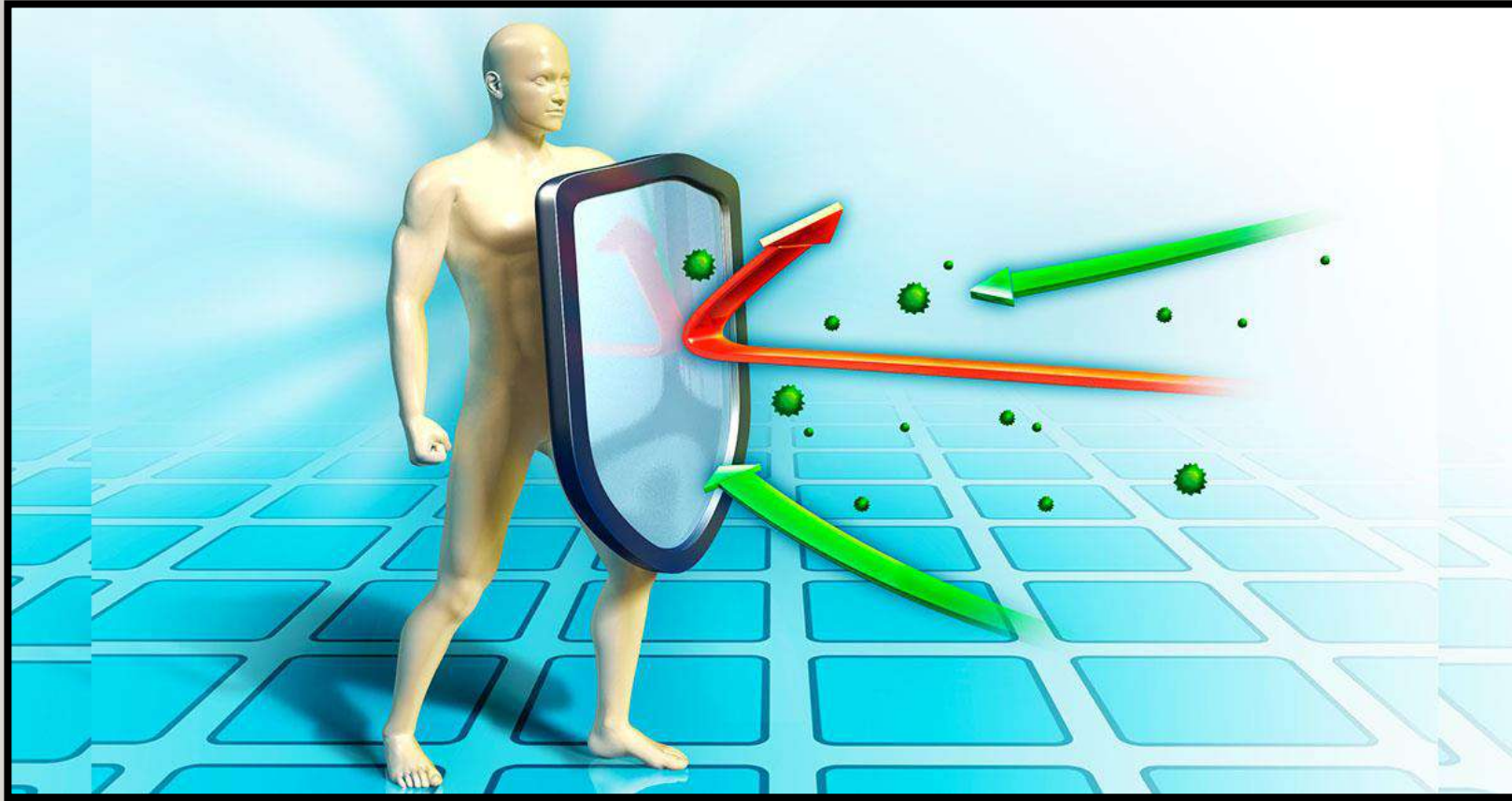
Родился и учился в школе №262 Красносельского района
Чемпион мира
Почетный житель Красносельского района Санкт-Петербурга

Влияние занятиями боксом на наш организм:



РАЗВИВАЕТ СИЛУ ФИЗИЧЕСКУЮ И СИЛУ МОРАЛЬНУЮ

Влияние занятиями боксом на наш организм:



ПОВЫШАЕТ ИММУНИТЕТ

«Здоровье — гораздо более зависит от
наших привычек, чем от врачебного
искусства»

