

- * Якщо ми відчуваємо, що у нас мало енергії, то робимо зарядку.
- * Лише професійним спортсменам потрібно робити зарядку щодня.
- * Найкращий спорт – це відпочинок.
- * Після спортивних вправ самопочуття стає краще.
- * Після спорту тіло завжди болить, тому не потрібно на це витрачати свій час.
- * Щоб бути сильним і гнучким, потрібно регулярно займатися спортом.
- * Найкраще заняття перед сном – перегляд кіно.
- * Щоденна рухова активність гарантує гарний настрій і самопочуття.

