



Беседа со спортсменами состоится в методическом кабинете административного здания стадиона «Спартак» по адресу: м-н Горняк 22а

Влияние физических упражнений и занятия спортом на развитие растущего организма

- Развивает всех отделов центральной нервной системы головного мозга
- Систематические тренировки делают мышцы сильными
- Улучшает вентиляционные способности легких
- Способствует увеличению массы скелетной мускулатуры
- Укреплению суставов, связок

