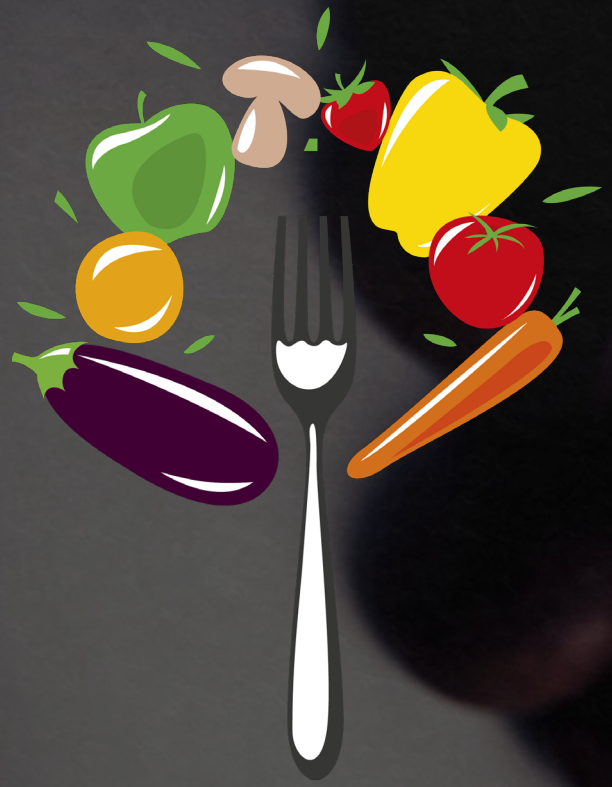
# ЗОЖ: Почему это важно?

ЗОЖ – одна из самых популярных тем последнего десятилетия



# Здоровый образ жизни способствует:

01

СНИЖЕНИЮ КОЛИЧЕСТВА РЕЦИДИВОВ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

02

НОРМАЛИЗАЦИИ ВЕСА, ЧТО ПОЛОЖИТЕЛЬНО СКАЗЫВАЕТСЯ НА ФИГУРЕ И КАЧЕСТВЕ ТЕЛА, ФИЗИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЯХ

03

СНИЖЕНИЮ ЧАСТОТЫ ЗАБОЛЕВАНИЙ: ОРВИ БОЛЕЗНИ ПРОТЕКАЮТ БЫСТРЕЕ И ЛЕГЧЕ