

ПОЛЬЗА ХОДЬБЫ ПО КВАРТИРЕ

ВО ВРЕМЯ САМОИЗОЛЯЦИИ ДЛЯ ЛЮДЕЙ ПРЕКЛОННОГО ВОЗРАСТА:

1



Улучшается
общее самочувствие,
появляется бодрость

2



Повышается
работоспособность

3



Нормализуется
артериальное давление

4



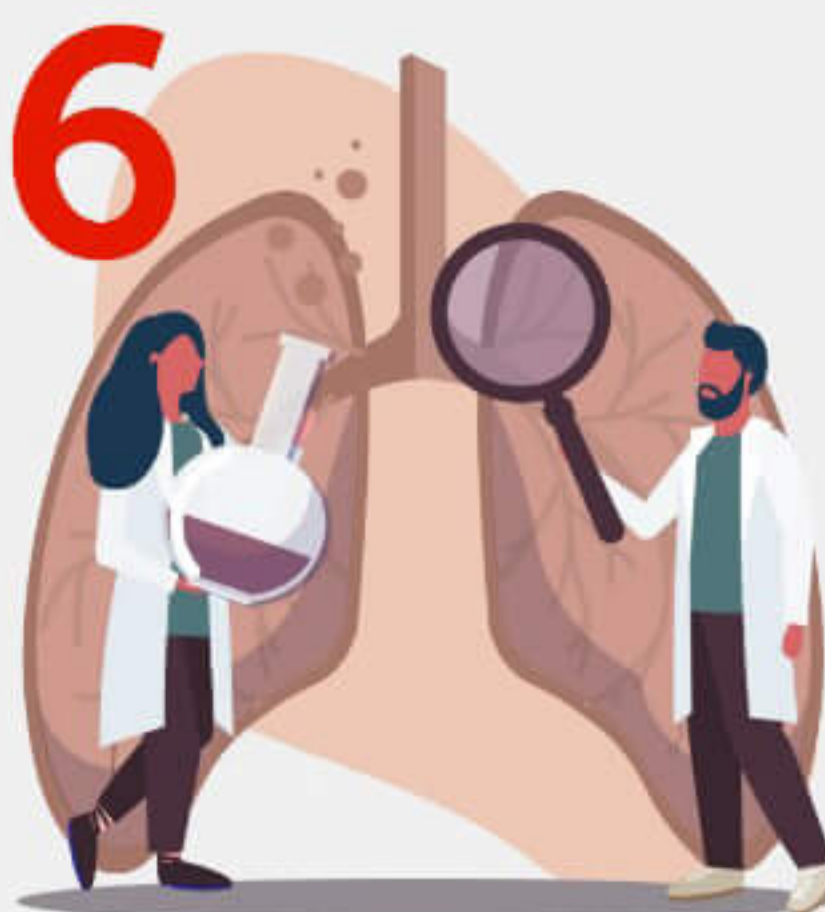
Снижается риск развития
сердечно-сосудистых
заболеваний

5



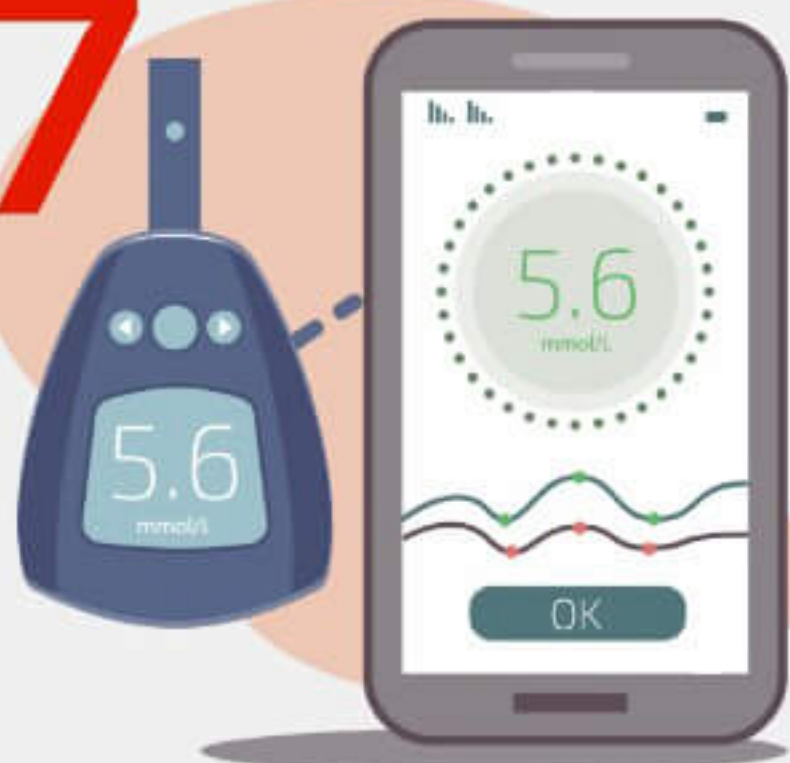
Укрепляется
иммунная система

6



Улучшается
работа легких

7



Снижается
уровень холестерина

8



Улучшаются
все обменные
процессы в организме