



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

TAKZDOROVO.RU

ДАВАЙТЕ НАЧНЕМ ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ И ТРЕНИРОВАТЬСЯ ВМЕСТЕ!



- считаем калории
- определяем необходимый уровень физической активности
- питаемся вкусно и полезно
- эффективно тренируемся

