

ЧЕМ ПОЛЕЗЕН ВЕЛОСИПЕД

- ⇒ Частота сердечных сокращений уменьшается на 8-10 в минуту
- ⇒ Минутный объем крови составляет 2,65 литра в минуту



УЛУЧШЕНИЕ
СНА



УЛУЧШЕНИЕ
ПИЩЕВАРЕНИЯ



СНИЖЕНИЕ
ВЕСА



УЛУЧШЕНИЕ
СОСТОЯНИЯ
КОЖИ



УКРЕПЛЕНИЕ
СЕРДЕЧНО-
СОСУДИСТОЙ
СИСТЕМЫ



УЛУЧШЕНИЕ
РАБОТЫ
ЛЁГКИХ



ПОВЫШЕНИЕ
МЫШЕЧНОГО
ТОНУСА

