

10 000 ШАГОВ К ЗДОРОВОМУ СЕРДЦУ



Доброй традицией нашего вуза стало проведение среди первокурсников мероприятия «10 000 шагов к здоровому сердцу». Данное событие приурочено к месяцу здорового сердца. По статистике заболевания сердечно-сосудистой системы занимают первое место среди причин смерти взрослого населения России и всего мира. Возможностью решения данной проблемы является увеличение общей двигательной активности человека через приобщение его к оздоровительной ходьбе. Студенты разрабатывали безопасные маршруты, по которым можно пройти около 10 тысяч шагов, подышать свежим воздухом, получить заряд бодрости и правильно нагрузить свое сердце. Особенно качественные и интересные маршруты были предоставлены следующими студентами: Долгодворов Иван (Я-РЯЛ171), Флейшман Дарья (И-ИП 171), Жданова Анастасия (Я-КА 171), Козлов Иван (И-ИП 171), Алмаева Татьяна (И-ИП 171), Енина Виктория (Я-АН 171), Жигалова Екатерина (Я-АН 171) Сафронова Светлана (Ф-ФИ 171), Тетякова Ксения (Т-ДИ 171), Бокова Татьяна (Т-ДИ 171), Ларькина Светлана ЕГФ (Г-ГБ 171).

«10 000 шагов к здоровому сердцу!»





