КАЛЕНДАР-ПОРАДНИК

РЕКОМЕНДАЦІЇ СВІТЛАНИ РОЙЗ

ДЕНЬ 25

Просте тренування рівноваги

Покладіть книжку на голову й утримуйте впродовж трьох хвилин

Неможливо утримувати книжку, не перебуваючи в рівновазі, не підтримуючи стійку поставу. Ця практика допомагає повернути й утримувати стан балансу.

СМАРТ ОСВІТА
НУШ НОВА УКРАЇНСЬКА ШКОЛА
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE
unicef