

ISSN 1311-3321

РУСЕНСКИ УНИВЕРСИТЕТ „Ангел Кънчев“
UNIVERSITY OF RUSE „Angel Kanchev“

Факултет „Обществено здраве“

Faculty of Public Health

Секция „Здравна промоция и превенция“

Section Health promotion and prevention

СБОРНИК ДОКЛАДИ

на

СТУДЕНТСКА НАУЧНА СЕСИЯ – СНС'10

СБОРНИК ДОКЛАДОВ

СТУДЕНЧЕСКОЙ НАУЧНОЙ СЕСИИ – СНС'10

PROCEEDINGS

of

the SCIENTIFIC STUDENT SESSION – SSS'10

Русе
Ruse
2010

Регулиране на телесното тегло – Кинезитерапевтична програма.

Таня Мегова, Ростислав Костов, Нина Михайлова

Наднорменото тегло или пълнотата е актуален проблем не само за България, но и в целия свят. Тук не става дума само за естетика, а и за здравето, тъй като затлъстяването е заболяване, макар, че в първия стадий не се обръща внимание.

Добре оформено атлетично тяло, жизненост и работоспособност, самочувствие и добро здраве. Това е комплексната програма но за да постигнем всичко това е необходимо да се следват определени правила да се преборим с вредните навици и изцяло да променим стила си на живот.