

СОҒЛОМ ҲАЁТ УЧУН ЎН МИНГ ҚАДАМ



Ўз саломатлигига бефарқ бўлмаган иштирокчилар турли бадантарбия машқларини ҳам бажариб, янада чиниқишди. Марафон давомида бу каби ишларнинг кўпроқ ташкил этилишига эътибор қаратиш соғлом турмуш тарзини тарғиб этишнинг яхши йўли эканлиги таъкидланди.