

СОҒЛОМ ҲАЁТ УЧУН 5 МИНГ ҚАДАМ



Ҳар ким ўз саломатлиги учун ўзи масъул ҳисобланади. Жисмоний машқлар эса инсон саломатлиги учун жуда фойдали эканлиги ҳеч кимга сир эмас.

Қумқўрғон туманида эрта тонгда “Соғлом ҳаёт учун беш минг қадам ” марафони бўлиб ўтди. Унда туман ҳокими А.Нормаматов, ташкилот, корхона, муассаса раҳбарлари, МФЙ раислари, нуроний отахон ва онахонлар ва ёшлар фаол қатнашдилар.

Марафон иштирокчилари "Алпомиш" спорт мажмуасида белгиланган масофани пиёда босиб ўтди. Шунингдек, тадбирда эрталабки бадантарбия машғулоти ҳам бажарилди.

Бу каби тадбирлар туманда соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш борасидаги ишларнинг амалий ифодасидир.