

Gyógyító úszás



Se szeri, se száma azoknak a bajoknak, amelyek esetén a rendszeres úszás csodát tud tenni. Az úszás az egyetlen olyan sport, amely megkímél bennünket testsúlyunk cipelésétől; jelentős javulást érhetünk el vele ízületi panaszok, asztma, pszichológiai problémák, illetve egyes szívbetegségek esetén is.

[Bővebben>>>](#)