

---

## Данғара туманида “Соғлом ҳаёт сари-5000 қадам” шиори остида оммавий юриш марафони ўтказилди.

Данғара тумани ҳокимлиги, жисмоний тарбия ва спорт бўлими, маҳалла ва оилани қўллаб-қувватлаш бўлими, болалар ва ўсмирлар спорт мактаби билан ҳамкорликда аҳоли вакиллари, уюшмаган ёшлар, корхона, ташкилот, муассасалар раҳбарлари ва ходимлари иштирокида “Соғлом ҳаёт сари-5000 қадам” шиори остида оммавий юриш марафони ўтказилди.

Тадбирга туман ИИБ ходимлари, туман Марказий тиббиёт ва Санитария эпидемиология бўлими ходимлари таклиф этилди.

“Соғлом ҳаёт сари-5000 қадам” шиори остида оммавий юриш марафони туман марказида жойлашган Данғара истироҳат боғидан бошланиб, иштирокчилар туманнинг Муқимий, Зийнат, Алишер Навоий ва Истиқлол кўчалари бўйлаб юриб, туман болалар ўсмирлар спорт мактаби футбол ўйингоҳида эрталабки бадантарбия машғулотларини бажаришди.









Хулоса ўрнида шуни таъкидлашимиз керакки, юриш каби енгил жисмоний машқлар ҳолсизлик, семизлик ва бошқа салбий ҳолатларнинг олдини олади, саломатликни мустаҳкамлайди. Шундай экан, ҳар доим жисмоний фаол бўлайлик.

2020-10-29 11:22:07