

С первых дней апреля в Ессентукском филиале Ставропольского государственного медицинского университета стартовала кроссовая подготовка среди студентов первого курса. Мероприятие приурочено к предстоящему Всемирному дню здоровья.

В рамках подготовки к традиционному легкоатлетическому кроссу «Здоровье — твоё богатство» обучающиеся выполняют серию мини-забегов, направленных на развитие выносливости и укрепление физического здоровья. Организация систематических тренировок способствует формированию у первокурсников устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и активному участию в спортивной жизни вуза.













