



## **"Диа-Спорт"**

В приводимых списке фото и видеосюжетах занятий школы мы приводим советы по подбору лечебных и тренирующих физических нагрузок для людей с диабетом.

[Комплекс из 24 разминочных упражнений демонстрируют Исполнительный директор и помощник Президента РДА.](#)

[Увеличение аэробности физической нагрузки](#)

[Дозирование физической нагрузки](#)

[Тест пения при физической нагрузке](#)

[Лыжи - самый аэробный и полезный для людей с диабетом вид спорта](#)

[Частичная возможность замены аэробных нагрузок на тонические](#)

Вопросы по теме можно задать, зарегистрировавшись [на Форуме](#)