

О спорте

Мудрецы говорили – если хочешь быть здоровым – бегай! если хочешь быть сильным – бегай! если хочешь быть умным – бегай! Многие думают, что они ходят и бегают, на самом деле они лишь передвигаются. Ходьба и бег – это самое сложное, самое красивое и самое целебное движение человека. — специальные занятия, где быстро и легко человек способен начать правильно ходить, и тогда каждый его шаг является шагом на пути к здоровью.



За свою жизнь я промахнулся много тысяч раз, я проиграл сотни игр, около 30 раз, когда команда доверяла мне последний бросок, решающий судьбу матча, я промахивался... Я терплю поражения день за днем — и именно поэтому я **ЧЕМПИОН! (Майкл Джордан)**

Боль проходит, а слава длится вечно! **(Джордж Бест)**

Руки работают, видят глаза. Порхай как бабочка, жаль, как пчела. **(Мухамед Али)**

При помощи физических упражнений и воздержанности большая часть людей может обойтись без медицины. **(Аддисон Джозеф)**

Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения. **(Анджело Моссо)**

Если человек не желает заниматься по утрам бегом – ничто не сможет его остановить. **(Йоги Берра)**

Даже в легком весе, чтобы победить, нужно толкнуть тяжёлую штангу. **(Георгий Александров)**

Я пришел в спорт от желания быть сильным. Я добился этого. Потом я захотел стать первым. Добился тоже. **(Брумель Валерий Николаевич)**

Важно не то сколько ты проводишь времени на тренировке, а как. **(Фёдор Емельяненко)**

Я не боюсь того, кто изучает 10000 ударов. Я боюсь того, кто изучает один удар 10000 раз. **(Брюс Ли)**

О, спорт! Ты – мир! **(Пьер де Кубертен).**

