

ЧЕ́НІЕТО ЗАРА́ДЪ ѿЗДРАВЛЕНІЕТО НИ .

'ОСВЕНЪ СОХРАНЕНІЕТО НА ЗДРАВІЕТО НИ ТРЕ́БА
ДА СЕ ТРЪ́ДИМЕ ЕЩЕ́ , ЗА ДА ПОСТА́ВИМЕ ТЪ́ЛОТО
НИ ЛЕ́ГКО И ДОБРОМО́ЩНО, КОЕ́ТО 'ОБА́ЧЕ НЕ СЕ́Н
ПРА́ВА И́НАКЪ РАЗЪ́ВЪ ЧРЕЗЪ ОУПРАЖНЕНІЕТО. Ч
СЪ РА́ДИ ТРЕ́БА ЕЩЕ́ ѿ ДЪ́ТІИ́СТВА ДА НАВЫ́КНЕ
МЕ ВЪ ТРЪ́ДОВЕ́ТЕ И ВЪ ДВИЖЕНІЕТО, ВЪ ДВЪ́ ТЪ
РА́БОТЫ, КО́ИТО СА НАЙПОСО́БНЫ ЗА ДА СОХРА́НАТЪ
ТЪ́ЛОТО ЗДРА́ВО, И ДА МЪ́ ПОДАДА́ТЪ ЛЕ́ГКОСТЬ
ДОБРОМО́ЩІЕ.

При то́ва ЕЩЕ́ ТРЕ́БА ДА НАВЫ́КНЕМЕ ЗА ДА ТЕ
ПІ́МЕ ТЕПЛОТА́ТА, СТЪ́ДОТЪ И ДРУ́ГИТЕ МНОГОС
БРА́ЗНЫ НЪ́ЖДЫ И НЕУДО́БНОСТИ, ИЗВЪ́ГНАЮ́ЩЕ ЛЕ́
НОСТЬ ТА , И МНО́ГІЙ ПОКО́Й , КО́ИТО ѿВЕЗСИ́ЛА
ВАТЪ И ѿСЛАБЛА́ВАТЪ ТЪ́ЛОТО , И МЪ́ ПРИНО́САТЪ
СКО́РЫ И РАЗНЫ БОЛЪ́ЗНИ.

Ч Л Е Н Ъ Г'

СРЕ́ДСТВА ЗА ПОЛУЧЕНІЕ БЛАГОПОЛУЧІА.

КО́ИТО И́МА ПОПЕЧЕНІЕ ЗАРА́ДЪ СЕ́БЕ СИ, КАКЕ́
ТО РЕ́КОХМЕ, ТЪ́Й БЛАГОСЛЪ́ВЕНЪ МО́ЖЕТЪ ДА СЕ́Н