# Поход выходного дня

В соответствие  с планом физкультурно-оздоровительных мероприятий нашего учебного заведения, 25 сентября 2021состоялся поход выходного дня - уникально средство развития личности студентов. Студенты 112 группы под руководством преподавателя физической культуры Стороженко Т.Н., совершили оздоровительный поход в парковой зоне города Ессентуки. Походы выходного дня играют важную роль в повышении иммунитета, физической работоспособности, укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Положительные эмоции от посещения красивых мест помогают снять нервное напряжение  и усталость накопленные в «каменных джунглях».