

23 апреля Понедельник

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 05.00 Телеканал «Доброе утро»)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 05.00 Утро России)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 05.55 НТВ утром)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 05.00 События. Итоги недели)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 07.00 Евроньюс)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.25 Служба спасения «Сова»)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 16.50 Региональные вести)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 17.00 Вести)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.00 Мультфильмы)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.00 М/с «Тинки и Брей»)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.00 Настроение)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.00 HIT chart)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.00 Мультфильмы)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 05.00 Громкое дело: «Наркофитнес»)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 08.00 Строительный полиграф)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.30 Одна за всех)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 07.00 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка»)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 06.00, 10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 Сейчас)

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 00.00, «Семидесять» (Днепропетровск))

Table with 2 columns: Time and Program Name (e.g., 07.00 «Доброе утро!» (на татарском языке))



ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ Держи спину прямо

Проблемы с позвоночником закладываются в детстве...

Лидия САБАНИНА

Нарушения осанки имеют более 65 процентов школьников.

У родителей всегда много вопросов по поводу осанки, развития опорно-двигательного аппарата...

Резюме: «Резюме» - это не «готовый продукт», его интеллектуальное и физическое развитие зависит от того, как с ним занимались...

В случае искривления осанки назначается комплексное лечение, но всем без исключения детям не повредит...

«Если же двигательная активность была у человека в дефиците на протяжении детства-отрочества-юности...

Увеличивает нагрузку на позвоночник и плоскостопие, из-за которого межпозвоночные диски раньше изнашиваются...

«Десять-шестнадцать лет - период, когда максимально закладывается, накапливается плотность костной массы...

Анекдот: Дорогу перебегают толстая тетка. Водитель пропускает её с комментарием: «Такую за раз не перебедашь».