**Rekreacija u stihovima**

U dvorani svakog dana, vesela je vibra

S pokretima tijela tu nastupa igra.

Mišićnu snagu gradimo, a najviše trupa,

Nema mjesta boli kičmenoga stupa.

Aktivnosti se veselimo, jer ozljede ne želimo. Ako i nastanu, puno brže nestanu. Hormoni sreće nakon vježbanja se luče, pa smo s ukućanima sretniji kod kuće. Kronične bolesti su zaustavljene, a tijelo s duhom u skladu postavljeno. Svaki dan mi je na vjezbalištu važan, jer mi gradi um snažan. Ples osvježi koordinaciju moju, zglobovi se kreću kao po loju. Energije i kisika imam puno više, pazim i pri tom kako dišem. Možda nisam kandidat za teretanu, ali mi je drago vježbat uz trenericu Dianu.

Dijana Fabečić,prof.kineziolog