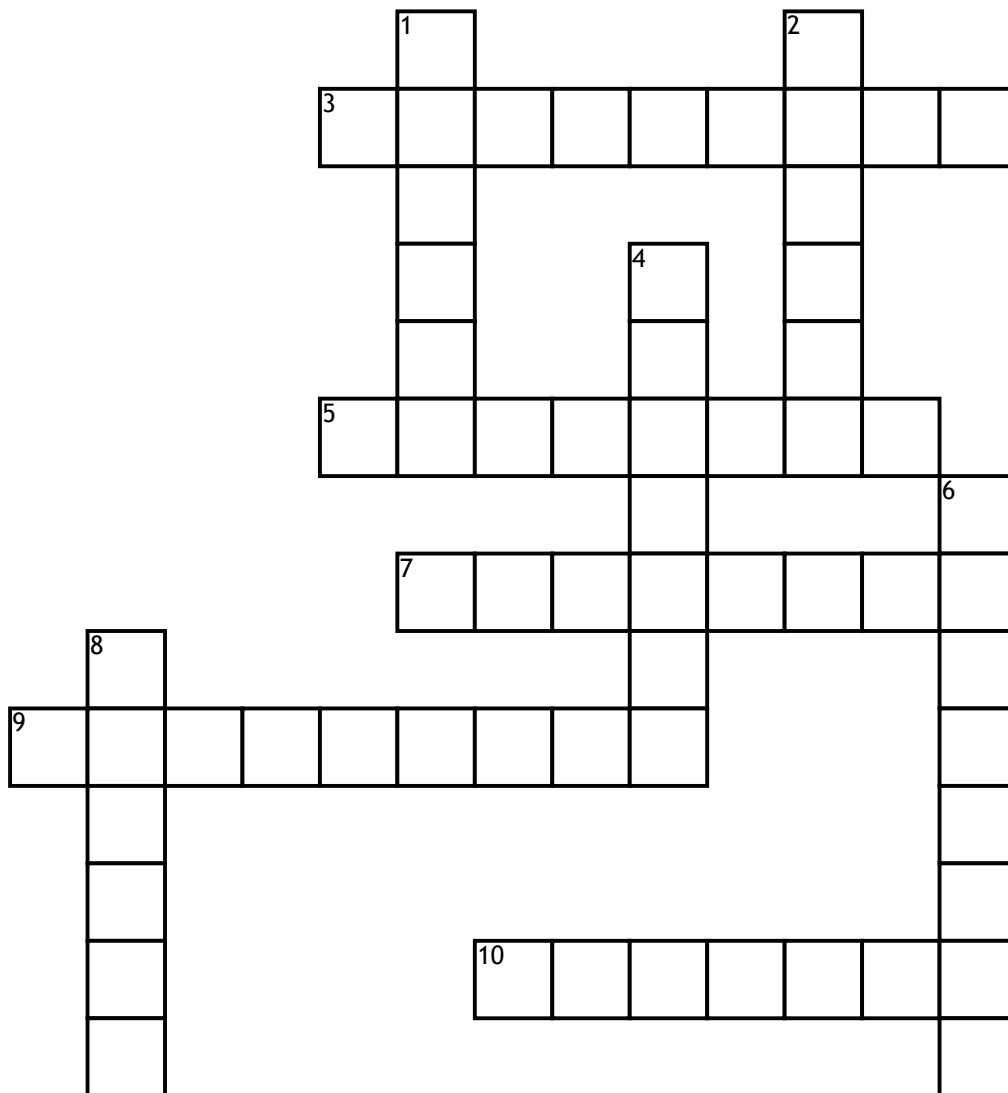


# "Sportas ir sveika gyvensena"



## Across

3. 10. Pradėjus fiziškai aktyviau gyventi, kokia masė didėja?
5. 7. Rauginto pieno produktas, tinkantis išgerti prieš treniruotę.
7. 4. koncentruotas aktyvių medžiagų, atliekančių skirtingas funkcijas, kompleksas.
9. 1. Kasdieną treniruojantis salėje, didelė tikimybė, kad mūsų organizmą kankins..

10. 5. Kas padeda atsikratyti antsvorio ir sumažina riziką susirgti kai kuriomis lėtinėmis ligomis?

## Down

1. 2. Pagrindinis skystis sportuojant.
2. 8. Sveikos gyvensenos pagrindas.
4. 3. Reguliari fizinė veikla padeda stiprinti ..... raumenis
6. 6. Kokia maistinė medžiaga panaudojama energijos gamybai?
8. 9. Gėrimas, kuriame yra daug vitaminų, bet taip pat ir cukraus.