

سوالات مسابقه ورزشی

۱- هیپرتروفی و آتروفی چیست؟

۲- تمرینات ورزشی موثر آنهایی هستند که از شدت برخوردارند و در هفته انجام می شوند.

۳- آیا این بی حرکتی است که باعث تبدیل تارهای کند انقباض به تارهای تند انقباض شده است یا خیر؟

۴- ۳ مورد از تاثیرات فعالیت بدنی را شرح دهید؟

• لطفا جواب سوالات را تا **تاریخ ۱۳۹۸/۰۸/۰۸** به سرکار خانم بهبودی مسؤل امور تربیت بدنی

تحويل دهید و به قید قرعه جایزه دریافت کنید.