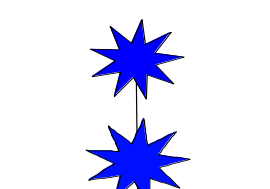
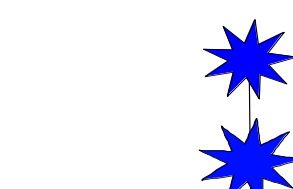
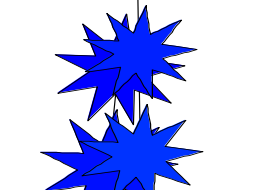
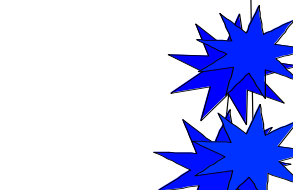
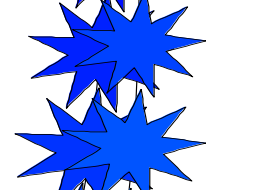
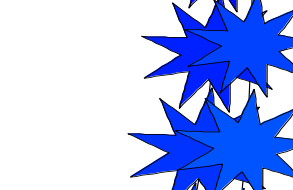
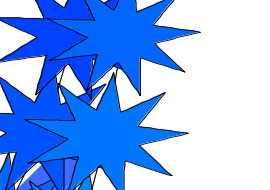
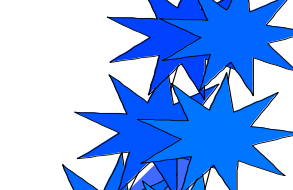
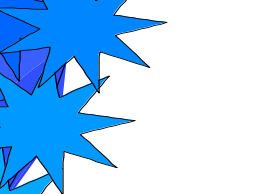
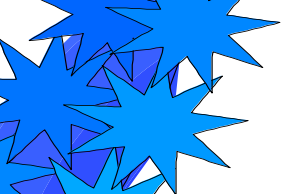
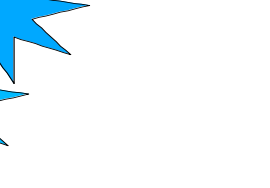
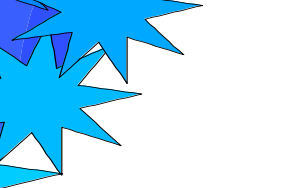
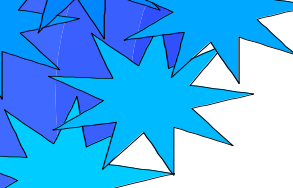
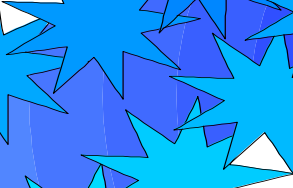
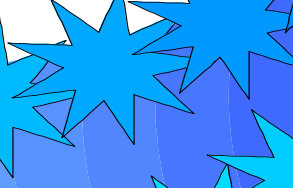
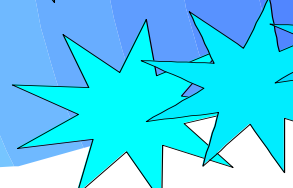
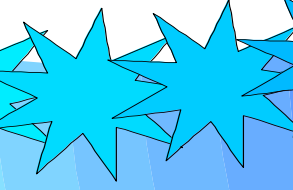
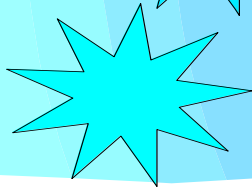
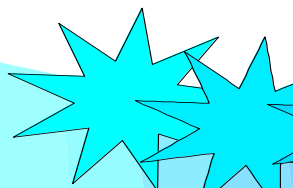
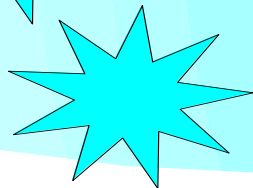
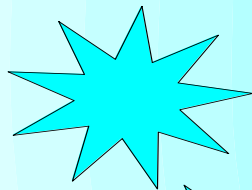
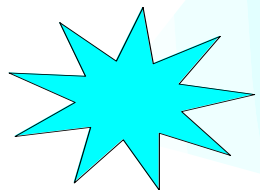
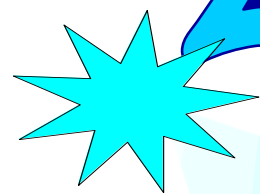


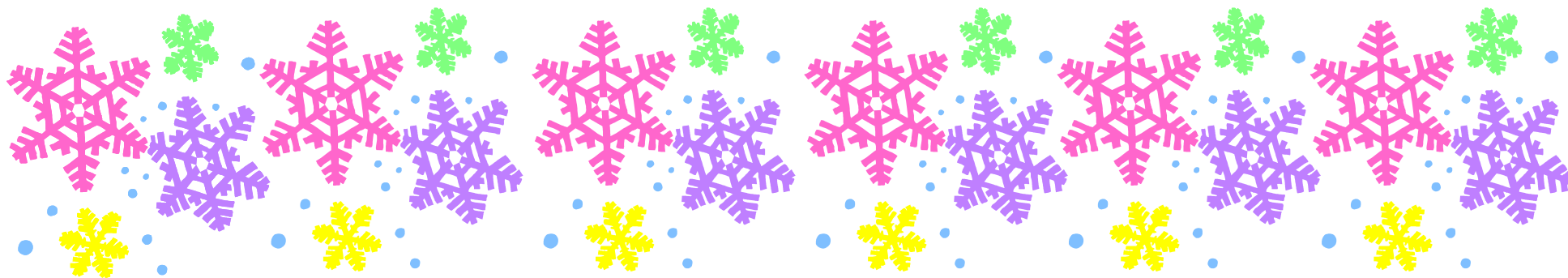
Dobre rady

na

zimowe wypady

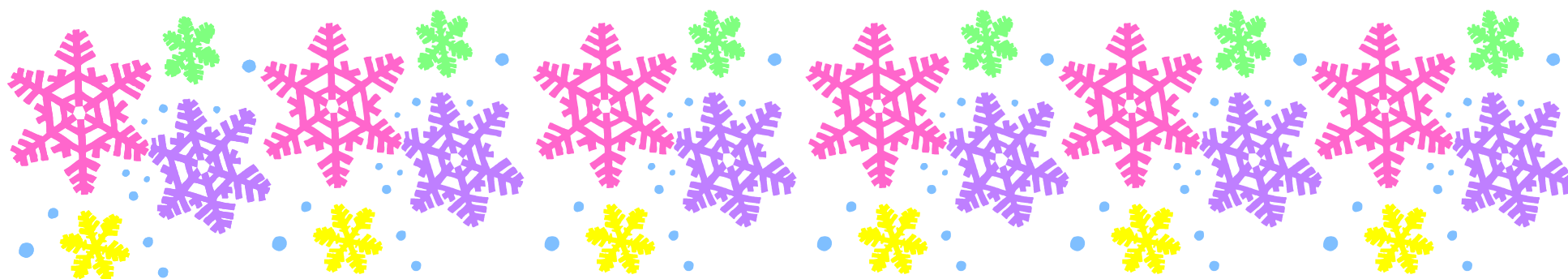


**Nie ślizgaj się po zamarzniętych
stawach, jeziorach i rzekach!**



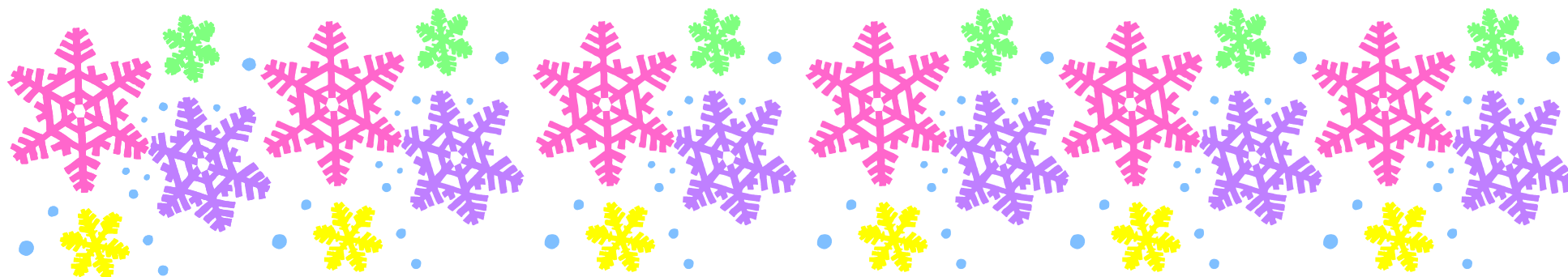
**Nie zjeżdżaj z gór
kończących się ulicami!**

**Nie zjeżdżaj z górek
porośniętych drzewami!**



**Nie jeźdź na łyżwach, trzymając
się fury albo samochodu!**

**Nie zjeżdżaj z gór
po nieznanym trasach!**



**Uprawiając sporty zimowe
ubieraj się ciepło,
lecz w lekkie ubiory!**

Ferie!

Czas zimowego szaleństwa!

Postaraj się,
aby były wspaniałe
i bezpieczne!!!

Wrzuć do garnka
rozsądku troszeczkę
i już nie wejdiesz
na zamarznąłą rzeczku.



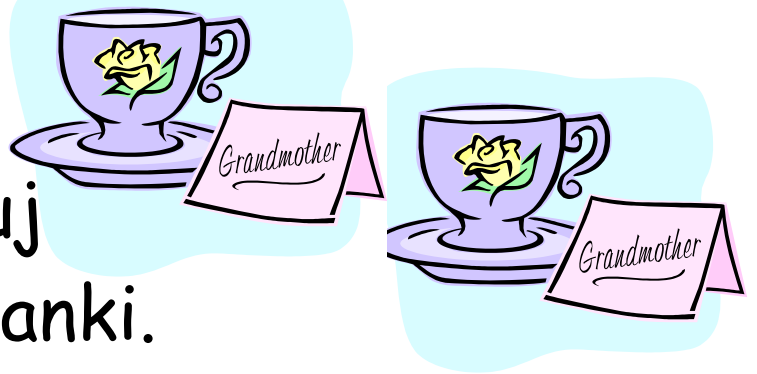
Gdy **wyobraźni**
trzy łyżki odliczysz
ominiesz górki
w pobliżu ulicy.
Dodając kubek
rozwagi i miodu,
nie przypniesz sanek
do samochodu.



Wszystko przyprawisz
szczyptą **uwagi**,
a nie rzucisz śnieżką
w twarz kolegi.



Wypij napoju
dwie filiżanki,
resztą poczęstuj
wszystkie koleżanki.



Przepis wspaniały,
działa błyskawicznie,
Bawiąc się świetnie
zachowasz

ZDROWIE I ŻYCIE



CZY ZNASZ SPORTY ZIMOWE

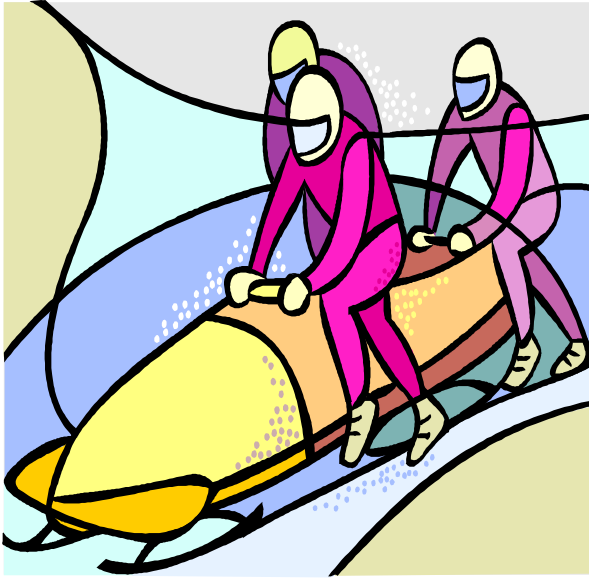
Skoki narciarskie



Bobslej – zjazd po lodowym torze na specjalnych sankach dla 2 lub 4 zawodników.

Biatlon – dwubój narciarski: bieg na nartach i strzelanie z karabinka.





Skibob – zjazd na specjalnych sankach z kierownicą.

Łyżwiarstwo szybkie
– ściganie się po lodzie na specjalnych łyżwach zwanych panczenami.



Bojery – żeglarstwo lodowe

Saneczkarstwo – zjazd
na saneczkach z góry.



Snowboard
(czyt. snołbord) –
jazda na jednej
specjalnej, szerokiej
narcie.

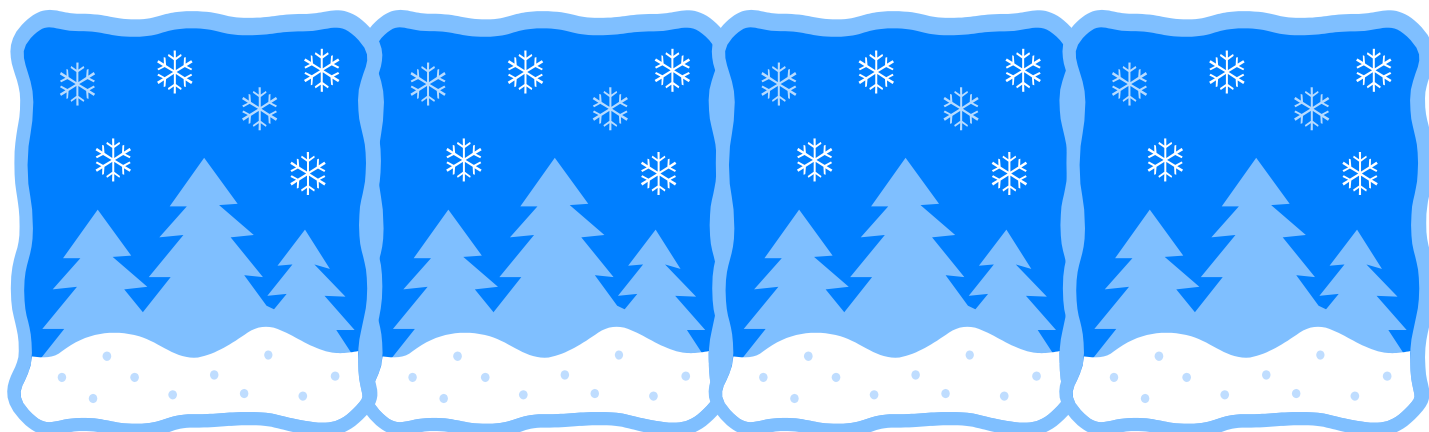
Hokej na lodzie





Slalom gigant –
zjazd z góry
na nartach,
między ustawionymi
bramkami.

**Łyżwiarstwo
figurowe** – piękna
jazda na łyżwach w
rytm muzyki.



Hej, na sanki

Hej, na sanki
koleżanki,
w nocy srebrny śnieżek spadł!
A więc z górki na saneczkach,
aż zaświszczesz w uszach wiatr!
Ach, z tej górki
na pazurki,
miło się na sankach mknąć!
Tylko potem trzeba znowu
pod te nóżki ciągnąć je!

