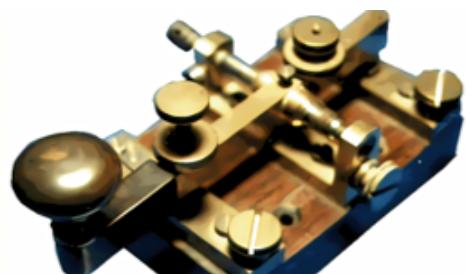
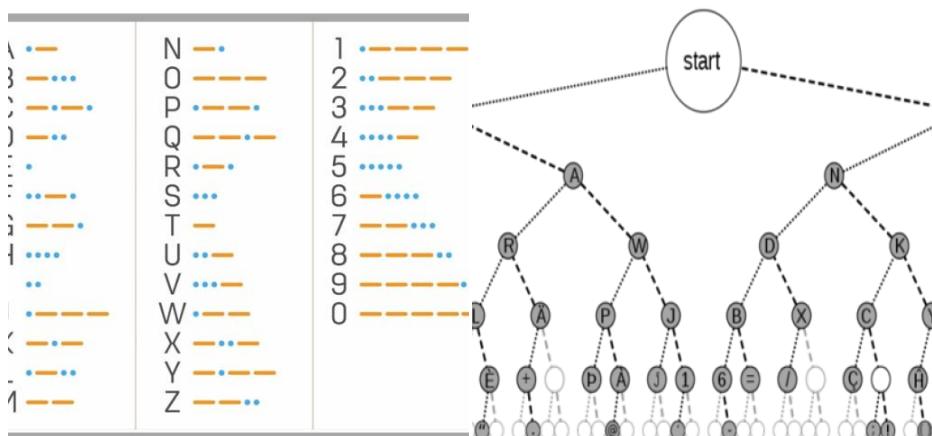


?????????? ?? ?????



???? ?? ??????? ?????? ?????? ??????????? ?? ??????????
?????? ????? ??????????? ?? ?????????? ?? ???????.



????????? ?? ????

????????????????? ?? ?????

????????????? ? ?????????? ?????:

- ?????????? ??????????: ??????/?????? ??????????
- ??????????: ?????? ?????
- ??????????: ?????????? ??????

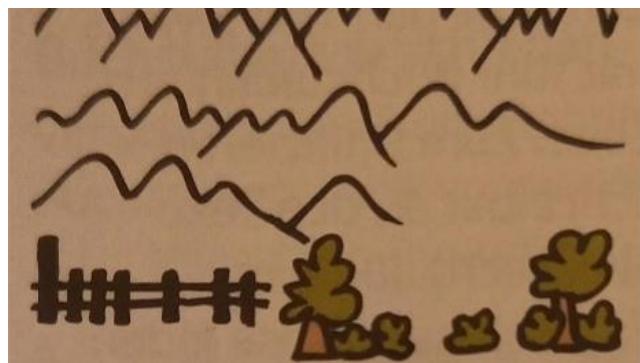
????????? ?? ????????????

- ?????? ? ???? ? ???? ?????
- ?????? ?????? ?? ? 5 ???? ??-????? ?? ??????
- ?????????????? ?????????????? ?????? ?????????? ?????
- ?????????????? ???? ?? ?????? ?????? ???? ???? ???? ???? ?? ?????????????? (.= ?????? / - = ?? ? ??????)
- ?????????????? ?????? ?? ???? ?????? ?????? ???-????? ?? ????
- ?????????? ?????????? ?? ?????? ?????? ??? ?????????? ?? ?????????? ?? ?????????? ?? ??????????

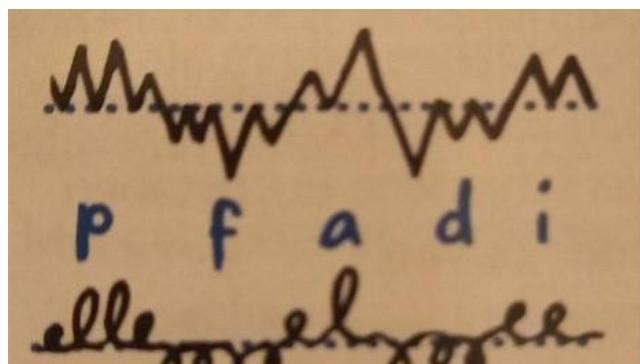
????????? ?? ???????????

???	????????? ?? ?????????? ????????	?????? ?? ??????????
???		
T	????????? ????????	????? ?????????? 1-2 ??
T	?????? ?? ????????	500-700 m
T	????????? (?????????)	20 ??
T	???	1 ??
T+N	???????	500 m
T+N	????????? ????????	????????? ?? ????????
T+N	???????	????? ? ??? ?????? 10 ??
N	???????????	????? ?????????? 30 ??
N	????? ?? ????????	4 ??
N	??????	2 ??

????????????? ?????? ?? ??????????



????????? ?? ??????? ?
 ?????????? ????????
 ?????????? ??????????? ?? ?????????? ??????? ?
 ??????????. ?????????? ? ????????, ????????,
 ?????, ?????????? ?????? ? ??.



????????????? ??????
 ??????? ?? ????? ??????, ? ?????????? - ??????.
 ?????????? ?? ?????, ?????? ?? ??????????
 ????.

????? ?? ??????????
 ?????? ? ??????? ?? ??????

- ??? ?????? ?????????? ?????????? ? ?????? ?? ??. ?? ?????? ?? ?? ?????????? ?? ????????
- ?? ??????? ?????????? ? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????. ?????? ????? ??????, ?
?????? ??????. ???? ??? ?? ?? ?????? ?????? ?? ?????? ?? ?????? ?? ?????.
- ??? ? ??????????, ?????????? ?????????????? ?????? ?? ?????????? ??????.

???? ??????????????

- Post run ? ??????? ???????, ?? ?????? ?? ?????????? ?????????? ?? ?????????? ???????.
- ?????????? ?????????? ?????????? ?? ??????????, ?????? ?? ?? ??????????

???????????

??????? ??????????: https:

<https://th.bing.com/th/id/R.3c297cd8ca1c853ea525abf6d027c128?rik=WMPwEejYcWqmxw&riu=http://www.clinic...>

????? ?????? ? ?????: Jungschar EGW Herzogenbuchsee