

*Журналу*

[www.fsmag.ru](http://www.fsmag.ru)

ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ

**Ф И М С**

*читайте на здоровье!*

**100 лет**



## Путешествие по страницам журнала

В журнале много разделов на разные темы. Время от времени они меняются, но некоторые из них остаются постоянными.

Актуальные заметки Здесь можно узнать обо всех спортивных соревнованиях – Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы по футболу, хоккею, плаванию, биатлону, фигурному катанию и многих, многих других, которые проходят сейчас или проходили много лет назад, о победителях из разных стран и континентов.

Хочу поделиться Участники данной рубрики пишут о своем личном опыте избавления от различных недугов. От конкретного совета до изложения собственных систем физического совершенствования. Средства, которыми пользуются авторы, естественные, природные: рецепты народной медицины, различные дыхательные техники, лечение с помощью голодания, самомассажа, закаливания.

Стадион здоровья Самый объёмный и содержательный раздел. На страницах журнала о своём образе жизни дают интервью выдающиеся люди.

Что новенького? Коротенькие заметки знакомят читателей об открытиях учёных в разных странах мира в области биологии, физиологии, спорта, косметики, уникальных случаях исцеления и даже о необычных курьёзах.

Спорт и личность. Воспоминание о кумирах Корреспонденты журнала рассказывают познавательные и поучительные истории из жизни великих спортсменов и тренеров. Не только о достижениях в спорте, но и о восстановлении и возрождении после перенесённых травм, истории их личной счастливой семейной жизни.

Гармония оздоровительных методик Программы и рекомендации оздоровительных методик от специалистов в самых разных областях медицины, в том числе и народной – как лечились на Руси, новые и традиционные методики исцеления, секреты китайской медицины и другие рецепты поддержания себя в тонусе.

Рецепты до востребования В этой рубрике всегда можно найти что-то для себя или своих близких, что может пригодиться. Рецепты, народные средства, составы целебных смесей и напитков для оздоровления, очищения и общего укрепления организма. Также в журнале регулярно публикуются статьи с полезными советами от врачей.

Редакцию «ФИС» с 1991 по 2017 год возглавлял *Игорь Юрьевич Сосновский*.  
Его опыт помог журналу выжить среди множества изданий.  
Игорь Юрьевич собрал высококвалифицированную команду и обеспечил с  
их помощью большой интерес читателей к журналу.  
С 2017 года главный редактор журнала – *Евгений Богатырев*.



**№№ 1–7, 2022 г.**

Уважаемые читатели! В фонде Национальной библиотеки Республики Адыгея имеются годовые комплекты журнала «Физкультура и спорт» с 1985 года по настоящее время. Любой желающий может найти нужную ему информацию, чтобы пополнить свою «копилку здоровья».