

Список исследований к теме "Какие виды спорта наиболее полезны и сколько именно ими нужно заниматься?":

1. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23973402
2. www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3810794
3. www.nature.com/articles/srep18259
4. www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3538475
5. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0735109714071745?via%3Dihub>
6. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11665913/>
7. www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23973402
8. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4131752/>
9. <https://www.heart.org/en/healthy-living/fitness/fitness-basics/target-heart-rates>
10. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3945246/>
11. <https://academic.oup.com/eurjpc/article/19/1/73/5928280>
12. https://www.researchgate.net/publication/284049076_Swimming_and_All-Cause_Mortality_Risk_Compared_With_Running_Walking_and_Sedentary_Habits_in_Men
13. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17414812/>