

# Гиподинамия, гипокинезия

Под гиподинамией понимают ограничение мышечных усилий, под гипокинезией - ограничение двигательной активности

Источник: "Межотраслевые методические рекомендации "Определение нормативов времени на отдых и личные надобности" (утв. Госкомтрудом СССР)

Оформите подписку на материалы сайта со скидкой 50% по промокоду: **PDF50**

Предложение действует ограниченное время.

---

Источник: <https://alexeyborisov.ru/enc/8710/>