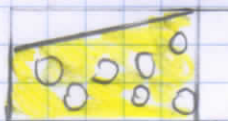


W zdrowym ciele zdrowy duch
Wsiągnij na rower, Kochaj ruch!
Złóż rolki, weź skakankę
i zapnij zdrowia olbrzymkę.

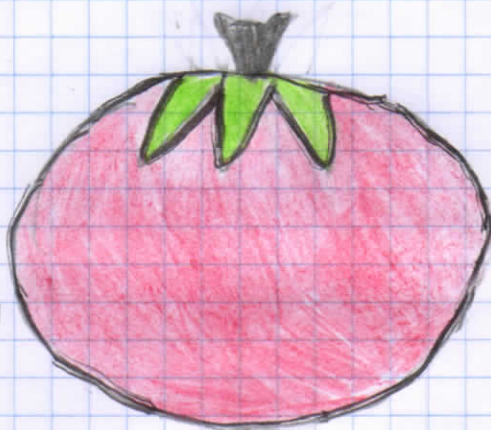


Możesz pływać albo taniecować,
bo o zdrowie warto walczyć.
Właśnie też jest odżywianie,
świeży owoc na śniadanie.

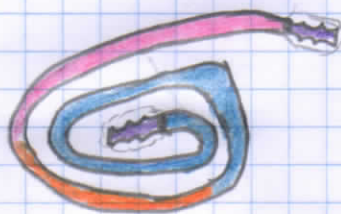


Bo gdy brzuch jest najedzony,
to nauka szybko wchodzi.

Chodź na spacer,
bo jeść także serce.



Pływaj na basenie,
jeść zdrowe produkty w dobrej cenie.
W zdrowym ciele zdrowy duch,
biegaj zwinno, Kochaj ruch!



Play w piłkę z kolegami,
nie zjadaj się chipsami.
Z koleżanką zagraj w grę,
zamiast zjadać stołkową bułkę.



“In a healthy body, healthy mind”

Get on the bike, love the move!
Put on the skates, take up hobby
And take care of your body.

You can dance or swim,
As it is worth to fight for being slim.
It is also important to eat well,
Fresh fruit for breakfast, I would tell.

When the belly is full,
Doing homework is cool.
Go for walks, eat a cherry
But also remember about dairy.

I'll give you advice,
Eat healthy products at a good price.
In a healthy body, healthy mind,
Run fast, you'll be fine!

Play football with your friend,
Do not eat the crisps, I recommend.
With a friend, swim in the lake,
Instead of eating a sweet cake!
