

Miłość i aktywność fizyczna działają na nas podobnie

- **WYDZIELANIE „NEUROHORMONÓW SZCZĘŚCIA”, CZYLI ENDORFIN I DOPAMINY**

- **WIĘKSZE POCZUCIE SPOKOJU**

(kora przedczołowa)

- **POCZUCIE BŁOGOŚCI, PRZYJEMNOŚCI**

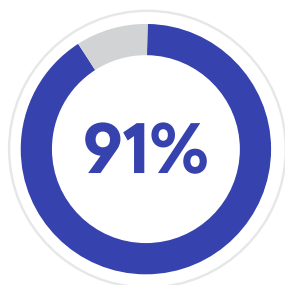
(jądro półleżące)

- **ZMNIEJSZONY POZIOM LĘKU**

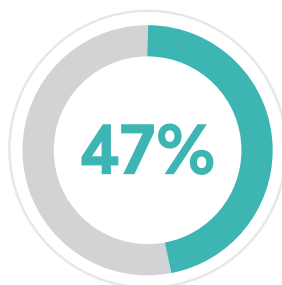
(ciało migdałowe)



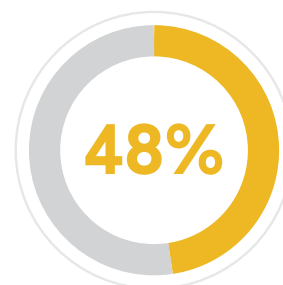
WEDŁUG WALENTYNKOWEJ EDYCJI BADANIA MULTISPORT INDEX:



Polaków uznaje, że aktywność fizyczna wpływa pozytywnie na poczucie własnej atrakcyjności.



Polaków przyznaje, że aktywność fizyczna zwiększa szansę poznania partnera.



Polaków jest zdania, że klub fitness to dobre miejsce do odnalezienia drugiej połówki.