ÐœÑ‹Ð»Ð¾ Ñ€ÑƒÑ‡Ð½Ð¾Ð¹ Ñ€Ð°Ð±Ð¾Ñ‚Ñ‹ Ð² Ð¶ÐÐ¶Ð¾Ð¼Ð¼Ñ€Ð¾Ð´Ðµ, ÐºÑƒÐ¿Ð¸Ñ‚ÑŒ Ñ‚Ð¾Ð²Ð°Ñ€Ñ‹ Ð´Ð»Ñ• Ð¼Ñ‹Ð»Ð¾Ð²Ð°Ñ€ÐµÐ½Ð¸Ñ•.

ÐœÑ‹Ð»Ð¾Ð²Ð°Ñ€Ð½Ð½.Ñ€Ñ„

Ð¡Ð¸Ð»Ð¸ÐºÐ¾Ð½Ð¾Ð²Ð°Ñ• Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ð° Ð¡ÐµÑ€Ð¸Ñ• Ð-ÐºÐ²Ð°Ð´Ð¾Ñ€ Ð Ð¾Ð·Ð° â„–3 (Ñ•)

760Ð ÑƒÐ±

Ð¡Ð¸Ð»Ð¸ÐºÐ¾Ð½Ð¾Ð²Ð°Ñ• Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ð° Ð´Ð»Ñ• Ð¼Ñ‹Ð»Ð¾Ð°Â Ð¡ÐµÑ€Ð¡Ñ• Ð-ÐºÐ²Ð°Ð´Ð¾Ñ€ Ð Ð¾Ð·Ð° â„–3

Ð•Ð²Ñ‚Ð¾Ñ€Ñ•ÐºÐ°Ñ• Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ð° ÐœÑ‹Ð»Ð¾Ð²Ð°Ñ€Ð½Ð½.Ñ€Ñ„ ÐœÐ°Ñ•Ñ‚ÐµÑ€ Ð¡Ð²ÐµÑ‚Ð»Ð¾Ð½Ð½Ð° Ð›Ð°Ð·Ñ€ÑŒÐºÐ¾Ð²Ð°

ÐŸÑ€Ð¸Ð¼ÐµÑ€Ð½Ñ‹Ð¹ Ð²ÐµÑ• Ð³Ñ‚Ð¾Ð²Ð¾Ð³Ð¾ Ð¼Ñ‹Ð»Ð° 35 Ð³Ñ€Ð°Ð¼Ð¼

ÐŸÑ€Ð¡Ð¼ÐµÑ€Ð½Ñ‹Ð¹ Ñ€Ð°Ð·Ð¼Ðµ Ð¡Ð·Ð´ÐµÐ»Ð¡Ñ• Ð´Ð¡Ð°Ð¼ÐµÑ‚Ñ€ 6,5 * 5,0Â Â Ð²Ñ‹Ñ•Ð¾Ñ‚Ð° 5,0 Ñ•Ð¼ Ñ• Ð½Ð¾Ð¶Ð¡Ð¾Ð¹Ð¹ 6,5 Ñ•Ð¼

ÐœÐ°Ñ‚ÐµÑ€Ð¡Ð°Ð» Ñ•Ð¡Ð»Ð¡ÐºÐ¾Ð½

ÐžÐ±Ñ€Ð°Ñ‚Ð¡Ñ‚Ðµ Ð²Ð½Ð¡Ð¼Ð°Ð½Ð¡Ðµ - Ð¡Ð¾Ð²ÐµÑ‚Ñ‹ ÐºÐ¾Ñ‚Ð¾Ñ€Ñ‹Ðµ Ð'Ð°Ð¼ Ð¿Ñ€Ð¡Ð³Ð¾Ð´Ñ•Ñ‚Ñ•Ñ• Ð² Ð¾Ñ‚Ð»Ð¡Ð²ÐºÐµ Ð²Ñ•ÐµÑ… Ñ•ÐµÑ€Ð¡Ð¹ Ð½Ð°Ñ‚ÑƒÑ€Ð»Ð¡Ð·Ð¡Ð¾Ð²Ð°Ð½Ð½Ñ‹Ñ… Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð¾Ð²:

1)Ð"Ð»Ñ• Ð·Ð°Ð»Ð¡Ð²ÐºÐ¡ Ð½Ð°Ñ‚ÑƒÑ€Ð»Ð¡Ð·Ð¡Ð¾Ð²Ð°Ð½Ð½Ñ‹Ñ… Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð¾Ð² Ð¡Ñ•Ð¿Ð¾Ð»ÑŒÐ·Ñƒ Ð¼Ñ‚Ð»Ð¡Ð¼ Ñ‚Ð¾Ð»ÑŒÐºÐ¾ Ð¿Ñ€Ð¾Ð»Ð¡Ð²Ð½Ñƒ Ð¾Ñ•Ð½Ð¾Ð²Ñƒ! (Ð¡Ð¾Ð°Ð¿Ð¡Ð¼Ð°, Ð'Ñ€Ð¡Ð»Ð¡Ð°Ð½Ð½Ñ, Ð¡ Ñ‚.Ð´.)

2)Ð•Ðµ Ð¿ÐµÑ€ÐµÑ•Ð³Ð¡Ð²Ð°Ð¹Ñ‚Ðµ Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ñƒ Ñ€ÐµÐ·Ð¡Ð½Ð°Ð¾Ð¾Ð¼. Ð•Ñ•Ð»Ð¡ Ð½Ð° Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ðµ Ð¾Ñ•Ñ‚Ð°Ðµ Ñ•Ñ• Ñ•Ð»ÐµÐ´ Ð¾Ñ‚Ñ€Ð¡Ð¾Ð½Ð¡, Ð·Ð½Ð°Ñ‡Ð¡Ñ‚ Ð'Ñ‹ Ð¿ÐµÑ€ÐµÑ•Ð³Ð¡Ð²Ð°Ðµ Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ñƒ.

ÐŸÑ€Ð¡ Ð¡Ð·Ð»Ð¡Ñˆ Ð½ÐµÐ¼ Ð¿ÐµÑ€ÐµÑ•Ð³Ð¡Ð²Ð°Ð½Ð½Ð¡ Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ñ‹ - Ð²Ð¾Ð·Ð¼Ð¾Ð¶Ð¾Ð¼ Ð½ÐµÐ¿Ñ€Ð¾Ð»Ð¡Ð² Ð»ÐµÐ¿ÐµÑ•Ñ‚Ð°Ð¾Ð².

3)ÐœÐµÐ´Ð»ÐµÐ½Ð½Ð¾ Ð·Ð°Ð»Ð¸Ð²Ð°Ð¹Ñ‚Ðµ Ð³Ð¾Ñ€Ñ•Ñ‡ÐµÐ¹ Ð¾Ñ•Ð½Ð¾Ð²Ð¾Ð¹ Ð´Ð¾ ÐºÑ€Ð° Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ñ‹ Ð'Ð¾Ð·Ð´ÑƒÑˆÐ½Ñ‹Ðµ Ð¿ÑƒÐ·Ñ‹Ñ€Ð¸, Ð¸ Ð½ÐµÐ¿Ñ€Ð¾Ð»Ð¸Ð²Ð°Ð¹Ñ‚Ðµ ÑƒÐ´Ð°Ð»Ñ•Ð¹Ñ‚Ðµ Ð½ÐµÐ¾Ð´Ð½Ð¾ÐºÑ€Ð°Ñ‚Ð¼Ð¼ Ð½Ð°Ð¶Ð¼Ð¼ Ð½Ð° Ð±Ð¾Ð¾Ð²Ñ‹Ðµ Ñ•Ñ‚ÐµÐ½Ð¸ Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ñ‹.

ÐŸÐ¾Ñ•Ð»Ðµ Ð½Ð°Ð¶Ð¼Ð¸Ñ‚Ðµ Ð´Ð¾Ð»Ð¸Ð²Ð°Ð¹Ñ‚Ðµ Ð¼Ñ‹Ð»Ñ‹Ñ‰Ð½Ñƒ Ð¾Ñ•Ð½Ð¾Ð²Ñƒ Ð´Ð¾ ÐºÑ€Ð°Ñ•

4)Ð•Ðµ Ñ‚Ñ‹Ðºð°Ð¹Ñ‚Ðµ Ð¿Ð°Ð»Ð¾Ñ‡ÐºÐ¾Ð¼, Ð¸Ð»Ð¸ ÐºÐ°ÐºÐ¾Ð¼, Ð´Ñ€Ñƒð³Ð¸Ð¼, Ð¿Ñ€ÐµÐ´Ð¼ÐµÑ‚Ð¾Ð¼, Ð² Ð»ÐµÐ¿ÐµÑ•Ñ‚ÐºÐ¾Ð², Ð´Ð»Ñ• Ñƒð´Ð°Ð»ÐµÐ½Ð¸Ñ• Ð²Ð¾Ð·Ð´ÑƒÑˆÐ½Ñ‹Ñ… Ð¿ÑƒÐ·Ñ‹Ñ€ÐºÐ¾Ð² Ð¸ Ð½ÐµÐ¿Ñ€Ð¾Ð»Ð¸Ð²Ð¾Ð².

5) "Ð•Ð¾Ð¶Ðºð°" Ñƒ Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð° Ñ•Ð¾Ð·Ð´Ð°Ð½Ð° Ð½Ðµ Ñ‚Ð¾Ð»Ñ‰Ð¸Ð½Ñ‹ Ð´Ð»Ñ• Ñ‚Ð¾Ð³Ð¾, Ñ‡Ñ‚Ð¾Ð±Ñ‹ Ñƒð´Ð¾Ð±Ð½Ð¾ Ð±Ñ‹Ð»Ð¾ Ñ•Ñ‚Ð¸Ñ•ÐºÐ¾Ñƒ Ð¿Ñ€Ð¾Ð¿Ð¸Ñ‚Ñ‹Ð²Ð¾Ð¼Ñƒ.Ð½Ð¾ Ð¸ Ð´Ð»Ñ• Ð¿Ñ€Ð°Ð²Ð¸Ð»ÑŒÐ½Ð¾Ð¹ Ð²Ñ‹Ðµ Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð° Ð¸Ð· Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ñ‹ Ð²Ñ‹Ð¹Ð´ÑƒÑ‚ Ð¼Ð¾Ð»Ð¾Ðº Ð½Ðµ Ð¼Ð¾Ð³Ñƒ Ð¿Ð¾Ð¼Ð¾Ñ‡ÑŒ Ñ‡Ð°Ñ•Ñ‚ÑŒ Ð¾Ñ•Ð½Ð¾Ð²Ñƒ Ð¿Ð¾Ð¼Ð¾Ñ‡ÑŒ Ñ•Ñ‚Ð¸Ñ•ÐºÐ¾Ñƒ Ð¿Ð¾Ð¼Ð¾Ñ‡ÑŒ Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð°.

ÐœÐ°Ñ‚ÐµÑ€Ð¸Ð» Ñ•Ð¸Ð»Ð¸ÐºÐ¾Ð½Ð¾Ð²Ð¾Ð¹ Ð¼Ð°Ñ‚Ñ€Ð¸Ñ†Ñ‹ Ð¤Ð¾Ñ€Ð¼Ñ‹ Ð¿Ð¾Ð´Ñ…Ð¾Ð´Ð¯Ñ‚ Ð¾Ñ•Ð¾Ð±Ð¾Ð¹ Ð¼Ð°Ñ‚Ñ€Ð¸Ñ†Ñ‹ Ñ•Ñ‚Ð¸Ñ•ÐºÐ¾Ñƒ Ð¿Ð¾Ð¼Ð¾Ñ‡ÑŒ Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð°.

ÐœÐ°Ñ‚ÐµÑ€Ð¸Ð» Ñ•Ð¸Ð»Ð¸ÐºÐ¾Ð½Ð¾Ð²Ð¾Ð¹ Ð¤Ð¾Ñ€Ð¼Ñ‹ Ð¿Ð¾Ð¼Ð¾Ñ‡ÑŒ Ñ†Ð²ÐµÑ‚Ð°

Ð¤Ð¾Ñ‚Ð¾ - Ð² Ñ€Ð°Ð±Ð¾Ñ‚Ðµ Ð¸Ñ•Ð¿Ð¾Ð»ÑŒÐ·Ð¾Ð²Ð°Ð½Ñ‹ ÐœÐ¼Ñ‹Ð½Ð½Ð°Ñ• Ð¾Ñ•Ð½Ð¾Ð²Ð° Ð¡Ð¾Ð°Ð¿Ð¸Ñ‚Ð¸Ñ„Ð¸Ñ†Ð¸Ñ•Ñ‚Ð¸Ñ‡ÐµÑ•ÐºÐ¾Ñ•

Ð¤Ð¾Ñ‚Ð¾ Ñ€Ð°Ð±Ð¾Ñ‚Ñ‹ Ð•Ð²Ñ‚Ð¾Ñ€ Ð'Ð°Ð³Ð¸Ñ€Ð° Ð§ÐµÑ€Ð½Ð¾Ñ•

Ð˜Ð½Ñ„Ð¾Ñ€Ð¼Ð°Ñ†Ð¸Ñ• Ð¾ Ð¿Ñ€Ð¾Ð´Ð°Ð²Ñ†Ðµ

ÐœÐ½ÐµÐ½Ð¸Ñ• Ð¿Ð¾ÐºÑƒÐ¿Ð°Ñ‚ÐµÐ»ÐµÐ¹: Ð•Ñ‰Ðµ Ð½ÐµÑ, Ð¼Ð½ÐµÐ½Ð¸Ð¹ Ð¾Ð± Ñ•Ñ‚Ð¾Ð¼ Ñ‚Ð¾Ð²Ð°Ñ€Ðµ.
ÐŸÐ¾Ð¶Ð°Ð»ÑƒÐ¹Ñ•Ñ‚Ð°, Ð²Ð¾Ð¹Ð´Ð¸Ñ‚Ðµ, Ñ‡Ñ‚Ð¾Ð±Ñ‹ Ð¾Ñ•Ñ‚Ð°Ð²Ð¸Ñ‚ÑŒ Ñ•Ð²Ð¾Ðµ Ð¼Ð½ÐµÐ½Ð¸Ðµ.