

---

# Àëüòáðíàòèâà - èè÷íñòíúé òðáíèíã

Íññèáí asa - 11.05.2010 10:32

---

Íññòààèì á àëüòáðíàòèâàó íáðàçááðèèðá èè÷íñòíúé ðíñò, èàè ðáçóèüòàð òñèðíèíãè÷-áñèíáí òðáíèíã. xäëíãáè ñàì òáíðáð ñáíãé ñ

=====

# RE: Àëüòáðíàòèâà - èè÷íñòíúé òðáíèíã

Íññèáí APPL - 18.02.2011 04:27

---

Íñçáíèð ñááá íá ñíãèàñèòüñý. xäëíãáè íá ñáíáíáííá ñóúáñòáí è íèèàèòð ñóáüáó ñàì íá òáíðèò. Ýòí ááí "òáíðèò ñóáüáá". Ááðò Õá "áñòáñòááííúá ñòáðáíòèíú" (ðááéííú, ñòáíáðèè, ñáíáéíúá ïðááèèà è ìèòú), á ñíòááòñòáèá ñ èíòíðúìè, ìú æèá, ì è ááéñòáóáì. Íðè ñááy ñíçíàòáèüíí è, á ñííááííñòè, íáíñíçíáííí, íáyçáíííñòè è "áðóçú", èíòíðúá íáøèìè íá ñáííí ááèá íá ýáèýðòñý. Áñ, ýòí ìú ááèààì è òíðááèáíèè ñáíãé æèçíüð ðá÷-è áúòú íá ìæáò.

=====