

2. نحن لا نسلّم بأن الإغريق القدماء هم أول من مارسوا التمرينات البدنية واهتموا بها إذ أن التاريخ القديم يخبرنا بأن التمرينات البدنية كانت معروفة لدى شعوب الشرق الأدنى القديم منذ أمد بعيد فالنقوش والرسوم التي تحلي آثار القدماء المصريين والتي يرجع تاريخها إلى (3000 عام) قبل الميلاد