Образуйте от слова **ÁGIL** однокоренное слово так, чтобы оно грамматически соответствовало содержанию текста.

Cada vez hay más pruebas de que el yoga no solo tiene beneficios físicos, sino que también puede ser bueno para la mente. Algunos investigadores incluso esperan que pueda ser un antidepresivo muy efectivo. Los deportistas y entrenadores aseguran que refuerza la resistencia y la _____.