



В центре дополнительного образования «Олимп» начались занятия в объединениях «Фитнес» и «Спортивные танцы» под руководством педагога дополнительного образования первой квалификационной категории Ирины Мельниченко.

Цель занятий: развитие общей физической подготовки обучающихся.

Задачи занятий:

- способствовать развитию сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма;
- развивать мышечный аппарат;
- формировать навыки правильной осанки, гибкость, силу;
- приобщить к здоровому образу жизни.

#насеверезить

#насевереучить

#насевереспорт



