ЕДИНОБОРСТВА

ДИНАМИКА
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО
РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

ДЕТИ 7-14 ЛЕТ

ГРУППЫ ЗАНИМАЮЩИХСЯ

ФОРМИРУЮТСЯ В РЕЗУЛЬТАТЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ВОЗРАСТА РЕБЕНКА

ДИНАМИКА
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ

60 МИНУТ

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

2-3 РАЗА В НЕДЕЛЮ В ВЕЧЕРНЕЕ ВРЕМЯ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ

ДИНАМИКА

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ

РЕЗУЛЬТАТЫ

ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ САМООБОРОНЫ
РАЗВИТИЕ ВСЕХ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТИ КОНТРОЛИРОВАТЬ ЭМОЦИИ
РАЗВИТИЕ ЧУВСТВА ТЕЛА И СПОСОБНОСТИ ЕГО КОНТРОЛЯ
ОСВОЕНИЕ ФИЛОСОФИИ ЕДИНОБОРСТВ

ДИНАМИКА
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ

РОДИТЕЛЯМ ПОНРАВИТСЯ

ЗАНЯТИЯ В ПРИВЫЧНОЙ АТМОСФЕРЕ
ОТСУТСТВИЕ НАГРУЗОК НА ПРЕДЕЛЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ
НИЗКИЙ РИСК ТРАВМ БЛАГОДАРЯ КОНТРОЛЮ КВАЛИФИЦИРОВАННОГО ТРЕНЕРА
ТАКТИКА НАСТАВНИЧЕСТВА, КОГДА ТРЕНЕР ЯВЛЯЕТСЯ ЕЩЕ И ДУХОВНЫМ НАСТАВНИКОМ, АВТОРИТЕТОМ И СТАРШИМ ТОВАРИЩЕМ

ДИНАМИКА
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ

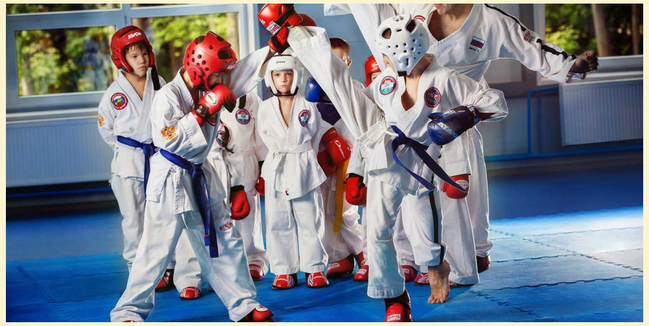
ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

ГИМНАСТИЧЕСКИЕ КОВРИКИ
СКАКАЛКИ
МЯЧИ
ОБРУЧИ
ГИМНАСТИЧЕСКИЕ ПАЛКИ
ШВЕДСКАЯ СТЕНКА
ГИМНАСТИЧЕСКИЕ СКАМЬИ

ДИНАМИКА
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ

НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

ОТРАБОТКА ПАДЕНИЙ
ОТРАБОТКА БЛОКОВ И СТОЕК
УПРАЖНЕНИЕ НА РАВНОВЕСИЕ
ОТРАБОТКА ТЕХНИКИ УДАРОВ (БЕЗ СПАРИНГА)
ИГРЫ
ЭСТАФЕТЫ
АКРОБАТИКА
БЕГ И ПОСТРОЕНИЕ



ДИНАМИКА
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ И ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ