

Услуги «Атлетическая гимнастика» для учащихся 1-11 классов. Теоретический и практический материал позволяет учащимся познать себя как полноценного члена коллектива, как личность, выделять и формировать в себе те качества и способности, которые составляют его индивидуальные основы. Курс способствует развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств: быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, координации движений и основного качества силы. Процесс обучения позволит обогатить внутренний мир учащихся, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.