

В кружке детского фитнеса клуба «Атом» прошло первое занятие на свежем воздухе

30.05.2018



Кружок детского фитнеса «Спортландия» клуба «Атом» Хорошево-Мневников провел занятие на свежем воздухе.

— Детский фитнес — это хорошо продуманная детская физкультура, включающая общеукрепляющие и оздоровительные занятия. При помощи специально подобранного комплекса упражнений у детей вырабатываются правильные стереотипы движений, формируются жизненно важные навыки и умения, правильная осанка, развивается свод стопы, укрепляется связочно-суставной аппарат, развивается гармоничное телосложение. Такие занятия на свежем воздухе будут проходить в хорошую погоду, — рассказала руководитель кружка «Спортландия» Евгения Купреева

Дети выполняли упражнения со скакалками, мячами, обручами, играли в подвижные игры с летающими тарелками и другим спортивно-игровым оборудованием на территории учреждения. (eo)

Адрес страницы: <http://horoshevo-mnevniki.mos.ru/presscenter/news/detail/7362532.html>

[Управа района Хорошево-Мневники](#)