

Аэробика для детей в фитнес-клубе «СФЕРА ФИТНЕС»!

Санкт-Петербург, Россия

В фитнес-клубе «СФЕРА ФИТНЕС» в Петербурге вы можете записать своего ребенка в группу детской аэробики! Комбинированные тренировки включают популярные виды фитнеса – степ, фитбол, пилатес – и проводятся для детей от 10 до 15 лет. Разнообразие упражнений и динамичное построение занятий не дадут заскучать вашему ребенку, и даже те дети, которые неохотно посещают уроки физкультуры в школе, получают радость от спорта!

Во время занятий детской аэробикой ребенок укрепит здоровье, исправит осанку, станет более гибким и подвижным. В программе, специальной разработанной для среднего школьного возраста, сильная нагрузка на все группы мышц сочетается с растяжкой, упражнениями на равновесие и координацию.

Степ-аэробика укрепляет ноги, благоприятно воздействует на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, что важно для растущего организма. Элементы фитбола в детской аэробике позволяют тренировать мышцы пресса, способствует развитию гибкости.

Будем рады видеть вашего ребенка на занятиях детской аэробикой в фитнес-клубе Московского района «СФЕРА ФИТНЕС»!

Цена: Договорная

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Иванова Жанна

Александровна

пл. Чернышевского, дом 11 А