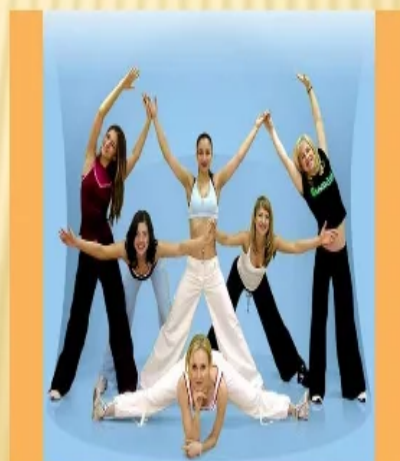


Фитнес-аэробика – один из самых молодых видов спорта, быстро завоевавший популярность во всем мире. Это массовый, эстетически увлекательный и поистине зрелищный командный вид спорта, собравший все лучшее из теории и практики оздоровительной и спортивной аэробики. Инициатором развития фитнес - аэробики на мировом уровне является FISAF - Международная Федерация Спортивной Аэробики и Фитнеса. В России официальным представителем FISAF является Федерация фитнес - аэробики России (ФФАР). Президентом которой является Ольга Сергеевна Слуцкер.





Детский фитнес

система мероприятий, направленных на поддержание и укрепление физического и психического здоровья, школьника (соответствующее возрасту), его социальную адаптацию и интеграцию.



СИДИМ-ДОМА

Комплекс упражнений по фитнес-аэробике.

Особенности детского фитнеса.

Детский фитнес – это спортивные занятия, которые включают в себя гимнастику, хореографию, *аэробику*, восточные единоборства и т.д.

























Желаю

творческих
успехов!

ГП