

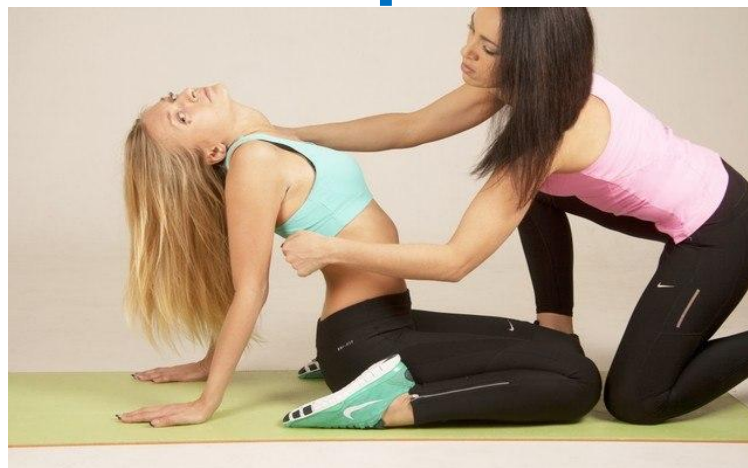


«Спорт без границ»

**Проект по восстановлению и
сохранения здоровья у женщин
из социально незащищенной
среды.**

ДЛЯ КОГО ЭТОТ ПРОЕКТ?

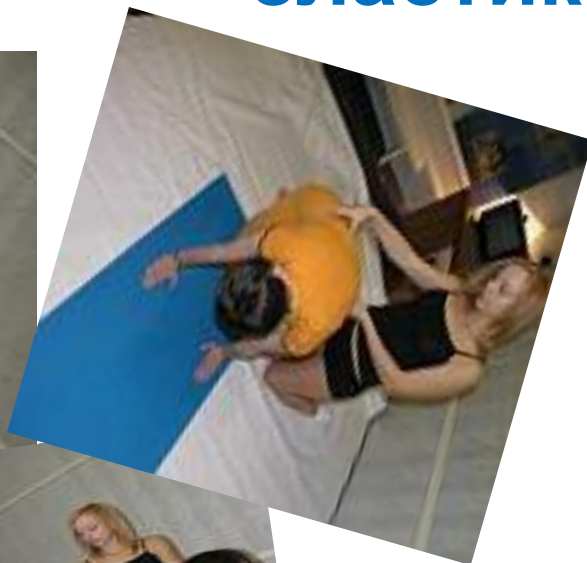
- * для многодетных и малоимущих мам**
- * для женщин пенсионного возраста**
- * для инвалидов**



Цель проекта

Открытие оздоровительного центра для
социально незащищенных женщин в г.
Тюмени по методике «Спринг-
эластики»

Диагностика



Задачи проекта

- Открыть филиал АНО "Спринг-эластика" в г. Тюмени.
- Сделать ремонт в помещении, где располагается оздоровительный центр для социально незащищенных женщин.
- Оборудовать помещение оздоровительного центра для занятий оздоровительной гимнастикой по методике «Спринг-эластика», для обучения и диагностики.
- Разработать и записать программы для пенсионеров и инвалидов по оздоровительной гимнастике "Спринг-эластика", для занятий дома и в залах.
- Информировать городские государственные и коммерческие структуры, потенциальных клиенток и инструкторов о проекте и его реализации.
- Обучить инструкторов для ведения оздоровительной гимнастики, по методике «Спринг-эластика» на базе центра дополнительного образования "Спринг-эластика" г. Екатеринбурге.
- Оказать услуги по работе групп здоровья для социально незащищенных женщин.
- Следить за физиологическими изменениями у занимающихся в группах здоровья по методике "Спринг-эластика".
- Оказать услуги по обучению и приобщению к занятиям

Результаты проекта

- *Улучшилось физическое и психологическое состояние у женщин пенсионного возраста и инвалидов. Повысилась социальная активность и работоспособность.
- *Многодетные мамы восстановили здоровье после родов. Избавились от постоянных болей в спине, от хронической усталости и депрессий.
- *Занятия гимнастикой позволили предотвратить появление хронических заболеваний, связанных с репродуктивной функцией, у многих занимающихся.
- *У женщин, имеющих проблемы с позвоночником и суставами, наблюдается динамика к выздоровлению.
- *Все участники проекта прошли обучение и используют видео-пособие по оздоровительной гимнастике, для занятия в домашних условиях.
- *Студентки получили новую дополнительную профессию «инструктор по оздоровительной гимнастике», а город - новые рабочие места.
- *В Тюмени появился оздоровительный центр для социально незащищенных женщин, теперь они могут заниматься бесплатно по методике "Спринг-эластика"



Здоровая женщина-богатство России!

