

КИКБОКСИНГ

ТРЕНЕР КМС ПО КИКБОКСИНГУ
Шевелёва Мария Андреевна



На занятиях по кикбоксингу мы поможем Вашему ребенку стать более смелым, выносливым, сильным. В общении со сверстниками более раскрепощенным и справедливым, дисциплинированным и ответственным при подготовке к школе.

НАШ СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ

*ОБОРУДОВАН ТРЕНАЖЕРНО-
ИНФОРМАЦИОННОЙ СИСТЕМОЙ
«ТИСА»*



В СИСТЕМУ ТРЕНИРОВОК ВКЛЮЧЕНЫ ЗАНЯТИЯ НА ТРЕНАЖЁРНОЙ СИСТЕМЕ



Занятие состоит из трёх частей

*1. Занимательная
разминка*



*2. Основная часть
направленная на
развитие физических
качеств*



*3. Заключительная часть
подвижные игры-
эстафеты*



СОРЕВНОВАНИЯ ПРОВОДЯТСЯ НА БАЗЕ КЛУБА «АЛЕКСАНДР»



Гордость родителей



СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ
СБОРЫ В ДНИ ШКОЛЬНЫХ
КАНИКУЛ ПРОХОДЯТ НА
ТЕРРИТОРИИ БАЗЫ СКА
«ТОКСОВО»

В СОПРОВОЖДЕНИИ ЛУЧШИХ ТРЕНЕРОВ СОЮЗА КЛУБОВ
ТРАДИЦИОННЫХ ВИДОВ БОЕВЫХ ИСКУССТВ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА И
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ОО РЛБИ

СПОРТИВНАЯ ФОРМА

Физкультурное занятие обязательно требует соблюдения *техники безопасности* в спортзале.

Спортивная форма на занятиях – это обязательное условие. Для полного физического развития: умения ползать, лазать, бегать прыгать,

ВАШЕМУ РЕБЕНКУ, необходимо приобрести белую футболку, черные спортивные штанишки (ниже колена).

Обувь должна соответствовать по размеру, легко одеваться , удобно застегиваться и быть на резиновой подошве.



**Контингент-дети от 4 до 7 лет
Для занятий необходимо приобрести
перчатки или накладки**



*Не бывает бесполезных
знаний. Каждое знание
ложится крупинкой в общую
картину мира, делая её
точнее. И когда придёт время
принимать решение, ты
будешь подобен зрячему среди
слепцов.*

Спасибо

за

внимание!