

ЗОНА ФИТНЕС-ДРАЙВА

Руководитель: Нижникова Ирина Яковлевна
(Зал АФК общежитие)

- Развитие координации, мышечной силы, гибкости, выносливости к мышечной работе, устойчивости функций вестибулярного аппарата к воздействию ускорений.
- Занятия в «Акробатической студии «Шторм»», приобщают к творчеству, воображению, фантазии и импровизации, соединяют элементы хореографии, гимнастики, акробатики, танцевальных занятий, двигательную активность аэробного характера.

