

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

**Руководитель: Заворин Александр Александрович
(гимнастический зал 2 этаж колледжа)**

- Занятия улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц.
- Развивают такие качества, как упорство, выдержка, сила воли.
- Формируют коммуникабельность, волю, чувство товарищества, ответственность за свои действия перед собой и товарищами.

