

ЦЕНТР ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ РЭУ ИМ. Г.В. ПЛЕХАНОВА

УНИКАЛЬНАЯ СПОРТИВНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
С ВЫДАЧЕЙ СЕРТИФИКАТОВ УСТАНОВЛЕННОГО ОБРАЗЦА

Фитнесс-тестирование с подбором программ:

Профессиональная
диагностика
функционального
состояния организма

Оздоровительный
экспресс-курс

Танцы:

- бальные танцы
(ТСК «Направление»)
- зумба
- Perfect Plastic
Body

Бассейн

- лечебно-
оздоровительные
техники
- обучение
плаванию

Фитнес:

- пилатес
- функциональные
тренировки
- йога
- калланетика

+7 (977) 954-43-71

@cot_reu

+7 (495) 790-34-95

vk.com/cot_reu

cot.rea2016@gmail.com



**Образовательные
программы в области
спорта, фитнеса и
здоровья
кафедры физического
воспитания №1 РЭУ им.
Г. В. Плеханова**



РЭУ им. Г.В. Плеханова

Фитнес:

- * Пилатес;
- * Функциональные тренировки;
- * Аэробика.



* Пилатес



* Функциональные тренировки



* Аэробика



* Бассейн



* Танцевальные направления

* Бальные танцы;

* Зумба;

* Perfect Plastic Body.



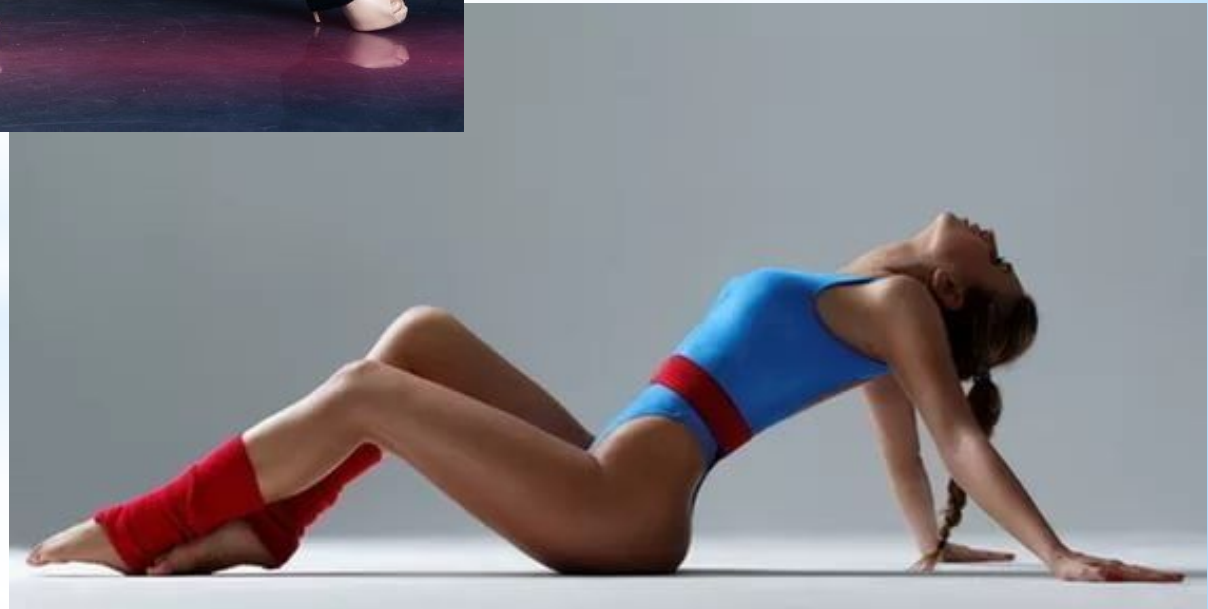
* Бальные танцы



*Зумба



* Perfect Plastic Body



* Модельная школа

("Искусство Дефиле")



ИСКУССТВО ДЕФИЛЕ

- Техника хождения по подиуму
- Модельная походка, пластика
- Чувство ритма
- Профессиональное позирование

FITNESS TIME

- Фитнес класс:
- Аэробика
 - Пилатес
 - Йога-стройное тело

СТИЛЬ, МАКИЯЖ И УРОКИ MAKEUP

- Одежда как элемент имиджа
- MakeUp

ФОТОПОЗИРОВАНИЕ

- Образы для фотосессии
- Умение перевоплощаться
- Эмоции в кадре

АКТЕРСКОЕ МАСТЕРСТВО

- Снятие зажимов
- Техника речи

ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ

- Правила успешной деловой коммуникации



MODERN MODEL SCHOOL

МОДЕЛЬНАЯ ШКОЛА

* ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА



Эстетическая гимнастика представляет собой сложнокоординационный вид спорта, который раскрывает такие качества спортсменов как гибкость, прыгучесть, координацию, скоростно-силовые способности, музыкальность, выразительность, артистизм.

Эстетическая гимнастика молодая спортивная дисциплина - синтетический вид спорта. Характеризуется умением передавать общий характер музыки в движении и передавать двигательным действиям целостность, слитность, свободу, изящество и эмоциональную окраску. ЭГ за короткий период завоевала популярность и устойчивые позиции в мировом спортивном движении. Стремится войти в состав олимпийских видов спорта.

Как и любой вид спорта, эстетическая гимнастика нацелена на достижение высшего спортивного результата. Поэтому в учебно-тренировочный процесс привлекаются новые технологии, применяются новейшие разработки в области общей и специальной физической подготовки.

Информация

www.rea-cot.com

8(495) 790-34-95

