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

КФВ
РЭУ им. Г.В. Плеханова

Фитнес:

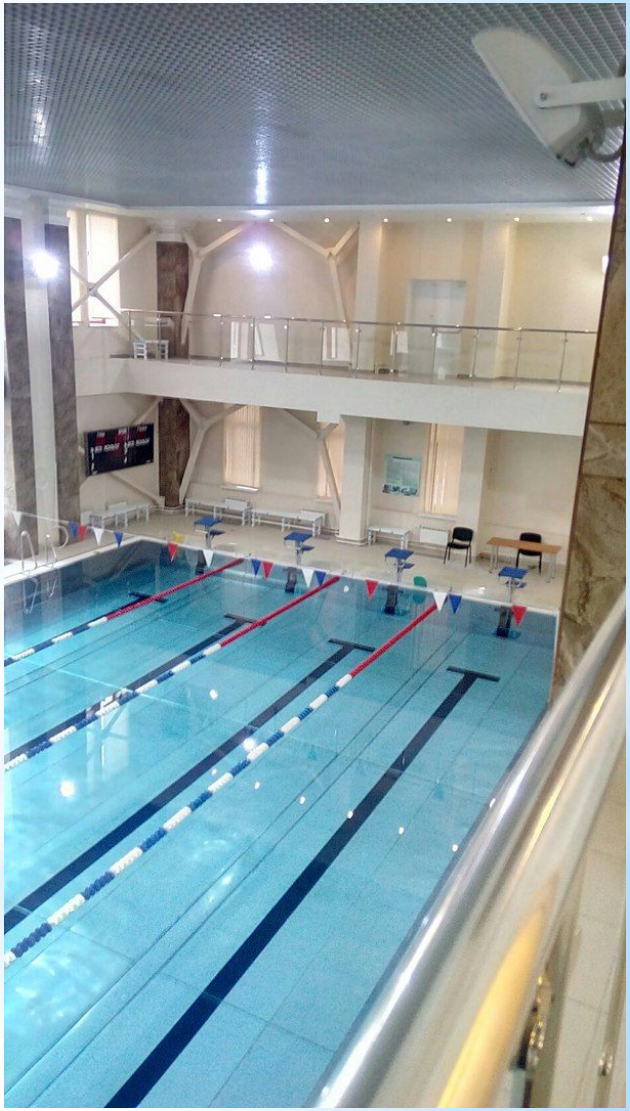
* Пилатес;
* Функциональные тренировки;
* Аэробика.

*Пилатес

*Функциональные тренировки

*Аэробика

*Бассейн



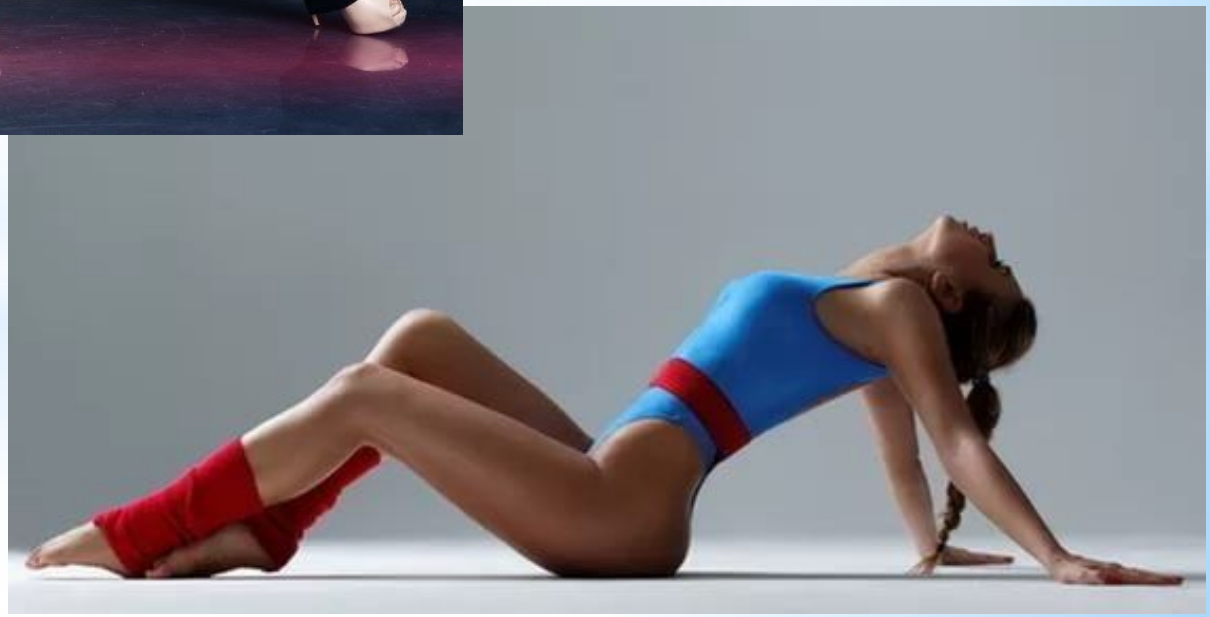
*Танцевальные направления

* Бальные танцы;
* Зумба;
* Perfect Plastic Body.

*Бальные танцы

*Зумба

*Perfect Plastic Body



*Модельная школа

*("Искусство Дефиле")

эстетическая гимнастика

Эстетическая гимнастика представляет собой **сложнокоординационный вид спорта, который раскрывает такие качества спортсменок 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 предавать 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

КФВ

РЭУ им. Г.В. Плеханова