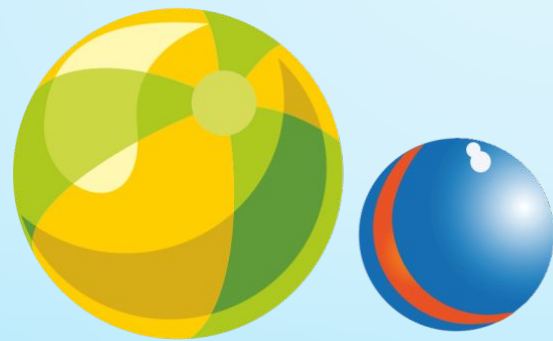


# «Фитнес для малышей»



*Детский фитнес – это здоровье и развитие в сочетании с радостью детей, а также возможностью родителей видеть детей в движении – здоровыми, умными и физически красивыми.*



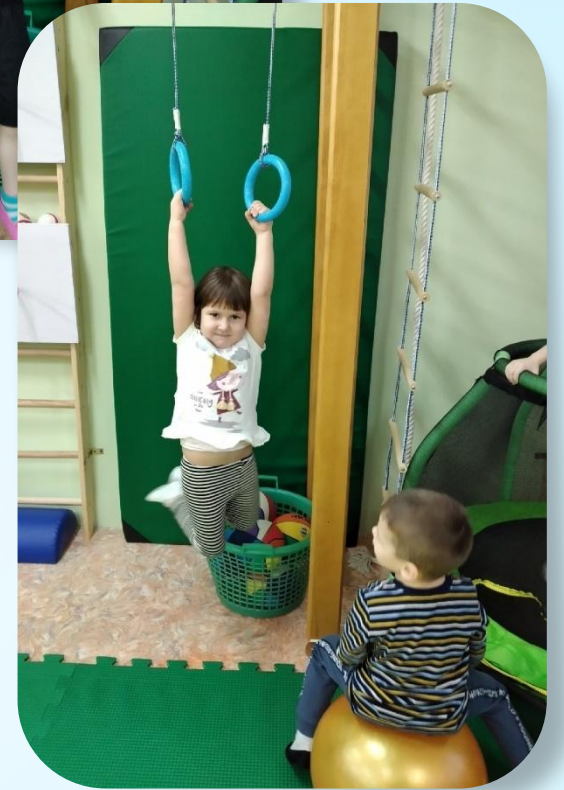
Фитбол-гимнастика – это занятия на больших упругих мячах.



# Мы на тренажерах



# ФИТНЕС И ПЛАСТИК



- Одна из новых технологий физического воспитания – фитбол-гимнастика. Фитбол – мяч для опоры, используемый в оздоровительных целях. Фитбол развивает мелкую моторику ребенка, что напрямую связано с развитием интеллекта. Занятия на фитболах прекрасно развивают чувство равновесия, укрепляют мышцы спины и брюшного пресса, создают хороший мышечный корсет, способствуют формированию правильного дыхания, формируют длительно вырабатываемый в обычных условиях навык правильной осанки.



Спасибо за внимание!  
(Будьте здоровы!!!)

