




«Школу
правильной
осанки»

УО Гомельский
государственный университет
имени Ф.Скорины, кафедра
физического воспитания и
спорта факультета физической
культуры проводит набор в






Осанка — это не только привычное положение человека в покое и в движении, но и признак состояния здоровья, гармоничного развития опорно-двигательного аппарата, привлекательной внешности. Формированию правильной осанки достигаются, прежде всего путем укрепления мышечной системы, её разносторонней физической и физиологической тренировкой.

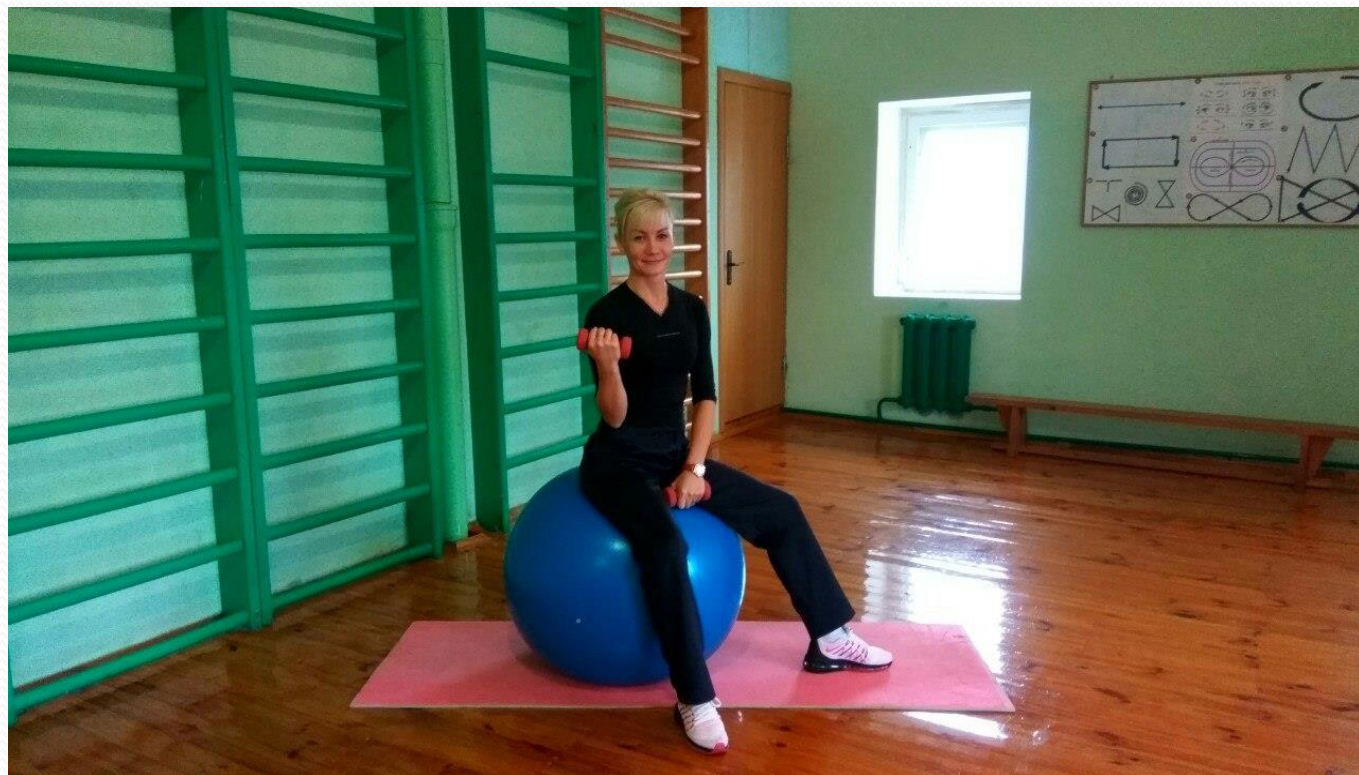
- Данная программа направлена на укрепление основных мышечных групп, отвечающих за формирование правильной осанки
- Обучение практическим навыкам правильной осанки
- Общее оздоровление организма
- Улучшение функционального состояния организма и сопротивляемости внешним факторам окружающей среды
- Предотвращение гиподинамии

Групповые занятия



- 
- Проведение занятий как индивидуально так и групповым методом, по специально разработанной программе к каждому занимающимся на основании их функциональных и физиологических способностей.

Консультацию и занятия проводит инструктор-методист физической реабилитации, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Зыкун Жанна Антоновна.



Контактная информация

г.Гомель ул.Песина 70, Тел. 60-67-04;

e-mail: sportchair@gsu.by