

## Занятия восточной оздоровительной гимнастикой для детей Киев



Київ, Україна

**БУДУЩЕЕ ВАШИХ ДЕТЕЙ В ВАШИХ РУКАХ!**  
Полезные привычки формируются с детства!

Занятия проводит инструктор-методист по внутренним и энергетическим направлениям Академии Совершенствования Человека;  
ведущий специалист EFLT по системам физической, психологической подготовки и закаливания тела.

Занятия на Оболони в группах и индивидуально  
(возраст детей 5-10 лет)

Именно заложенные в ранние годы жизни навыки оказывают существенное влияние на будущее человека, его состояние здоровья, взаимоотношения с другими людьми, успешность. Потому прививать любовь к своему телу, что является основой здорового образа жизни, необходимо именно в детском возрасте. В чем в первую очередь заключается любовь человека к себе? В желании сохранять и развивать то, что даровала природа. Именно этим мы и будем заниматься с детками на наших занятиях - мы научимся улучшать себя, ступим на путь к здоровью и силе. А проводником станет специальная гимнастика для детей, основанная на вьетнамских оздоровительных практиках. Эта гимнастика призвана активизировать резервные возможности организма, она развивает гибкость, силу и ловкость, повышает иммунитет. На наших занятиях мы выполняем дыхательные упражнения, комплексы, улучшающие координацию движений, мы бережно растягиваем мышцы и сухожилия.

Занимаясь оздоровительной гимнастикой,  
Ваши дети получают всё самое лучшее:

- Сформируется правильная осанка;
- Улучшится подвижность суставов;
- Укрепятся сухожилия и улучшится мышечный тонус;
- Повысится выносливость к физическим нагрузкам;
- Улучшится зрение и пространственная ориентация;
- Повысится координация движений;
- Повысится сопротивляемость болезням

Кроме того, вместе с сильным тренированным телом ваш ребенок получит сильный характер, выработку внимания и правильные ценности. Занятия с ребенком сейчас - неоценимый вклад в его будущее. Индивидуальный подход к каждому ребенку гарантирован.

**Андрей Георгиевич**

**050-535-22-26**