Приглашаем всех желающих в возрасте от 7 до 14 лет к занятиям по следующим видам спорта:

Баскетбол – одна из самых популярных командных игр в нашей стране. Для баскетбола характерны разнообразные движения - ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Тренеры:
Варакин Сергей Николаевич
Гурьева Елена Анатольевна
Старогородский Максим Николаевич
Садчиков Виктор Иванович
Соколова Лилия Николаевна

Волейбол – неконтактный, комбинационный вид спорта, где каждый игрок имеет свою специализацию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейболе является прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективных ударов.

Тренеры:
Решетников Андрей Викторович
Сорокина Евгения Владимировна
Ивершина Галина Викторовна
Анохина Надежда Григорьевна
Данилов Евгений Алексеевич
Рачкин Фёдор Прохорович

Гандбол – захватывающая, интересная и динамичная игра. Занятия гандболом содействуют всестороннему физическому развитию, укреплению здоровья, закаливанию, воспитанию важнейших физических качеств - силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости и морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, решительности, целеустремленности, трудолюбия, дисциплинированности.

Тренер:
Колодяжная Людмила Григорьевна

Лёгкая атлетика – олимпийский вид спорта включающий бег, ходьбу, прыжки и метания. Легкая атлетика требует от спортсмена развития физических качеств, специфических антропометрических особенностей, высокой психической устойчивости, умения качественно реализовывать эти потенциальные способности в конкретных и очень разнохарактерных видах спортивных упражнений.

Тренеры:
Шибикин Сергей Анатольевич
Толстенкова Татьяна Романовна
Дворянчиков Михаил Леонтьевич
Альханова Ольга Николаевна
Тасмаджиева Ольга Николаевна
Сивкова Лилия Александровна
Медведев Владимир Шамилович
Мусина Людмила Григорьевна
Бакулина Любовь Николаевна

Дзюдо – (от яп. «гибкий путь») вид единоборств, где наряду с бросками разрешены болевые (но только руками) и удушающие приёмы. Спортсмены занимаются в кимоно. Для достижения победы в поединке атакующий борец в стойке должен выполнить бросок соперника на татами на спину, а в положении лежа – болевой или удушающий приём, либо удержание.

Тренеры:
Теплов Павел Васильевич
Хоменко Сергей Михайлович
Заярный Андрей Викторович
Гузенко Станислав Борисович
Опара Александр Иванович

Каратэ – (от яп. «путь пустой руки») - японское боевое искусство, система защиты и нападения. Степень непосредственного контакта между участниками схватки минимальна, а для сокрушения противника используются точно нацеленные мощные удары руками и ногами, наносимые в жизненно важные точки его тела.

Тренер:
Хен Олег Иннокентьевич

Тхэквондо – (от кор. «путь руки и ноги») – корейское боевое искусство. Характерная особенность тхэквондо – ноги в поединке используются более активно, чем руки. Тхэквондо означает систему духовной тренировки и технику самообороны без оружия, наряду со здоровьем, а также квалифицированным исполнением ударов, блоков и прыжков, выполняющихся голыми руками и ногами для поражения одного или нескольких соперников.

Тренеры:
Цой Леонид Брониславович
Силантьев Алексей Алексеевич
Сумнительнова Ирина Сергеевна

Ушу – сложнокоординационный вид спорта, оказывющий разностороннее воздействие на организм занимающегося. Ушу способствует развитию таких качеств, как ловкость, сила, выносливость, быстрота реакции, координации, чувство равновесия, дает необходимые навыки самообороны.

Тренер:
Воронин Владислав Викторович