Набор на занятия гиревым спортом продолжается в Тюмени

В Тюмени продолжается набор ребят от 9 до 16 лет для занятий гиревым спортом. Тренировки проходят на базе СК “Строймаш”. Занятия бесплатные.

Хотите, чтобы ребёнок меньше проводил времени за экраном компьютера или смартфона? Чтобы посвящал больше времени спорту, воспитывал в себе ответственность, упорство и волевые качества? Мечтаете, чтобы он был всесторонне развит, был сильным и здоровым? Вашему ребёнку идеально подойдет гиревой спорт.

Основное качество, которое воспитывают гири – силовая выносливость. При этом спортсмен должен обладать качествами тяжёло- и легкоатлета. Вид спорта принадлежит к циклическим, суть которого – поднимание гири как можно большее количество раз за отведенный промежуток времени. Этот спорт – один из самых безопасных и требует минимум материальных затрат.

В Тюмени гиревому спорту обучают на базе СК “Строймаш” (ул. Индустриальная 49а). Набор проводится в две группы, тренировки проходят с понедельника по субботу 10:00 до 11:00 и с 16:00 до 18:30. Тренер – мастер спорта России Александр Николаевич. За подробной информацией можно обращаться к тренеру по телефону: +7 (912) 078-08-93. Занятия проходят на бесплатной основе.