

КИ-АЙКИДО: НАБОР ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ НА 2011/2012 УЧЕБНЫЙ ГОД

Минск, Беларусь

НАБОР ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ НА 2011/2012 УЧЕБНЫЙ ГОД

Открыта запись во взрослые группы Ки-Айкидо всех желающих без возрастных и любых других ограничений. Девушки и женщины, например, давно уже составляют около 50% всех занимающихся у нас! Пластика, красота движений, отсутствие акцента на грубой силе, мощный оздоровительный эффект - это привлекает в Ки-Айкидо все группы населения. На первый план ставятся вопросы улучшения психического и физического здоровья, а из технического арсенала исключены травмоопасные приемы. Физические нагрузки приемлемы для людей с различной степенью подготовленности, что исключает перетренированность.

Только в Ки-Айкидо, помимо приёмов, изучается комплекс специальных парных упражнений на коррекцию осанки, спокойствие, сосредоточенность. Учимся снимать лишнее напряжение в различных "житейских" положениях: стоя, сидя, наклон, прогиб и др. И в самых простых движениях. Этим занимаемся ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННО на специальных занятиях - Ки-классах. Там же мы изучаем:

дыхательную гимнастику/Ki-breathing/
массаж-терапию/Kiatsu/
гимнастика для расслабления всего тела/Relax Taiso/

оздоровительная гимнастика для ног и позвоночника /Ki-no-Kenken Taiso/
Возможно посещение исключительно Ки-классов.

Ки-Айкидо - это не просто борьба или спорт, а комплексная система саморазвития, где приобретённые навыки могут применяться в повседневной жизни уже после первого занятия, повышая её качество во всех сферах: здоровье, работа, семья и т.д.

Время можно подобрать наиболее удобное - утро, день, вечер или выходные, а также совмещать.

Дети у нас занимаются по возрастным группам - 4-6, 7-10, 10-14 лет. А с этого года откроется дополнительно юношеская группа - 14-17 лет. Охотно записываем в группы девочек. Вопреки распространённому мнению, Ки-Айкидо не имеет ничего общего с грубой мужской борьбой. Наоборот, природная гибкость, пластика, координация, красота движений - все эти качества ценятся у нас и позволяют достигать успеха в овладении искусством.

Цена: 70 000 руб.**Тип объявления:
Услуги, предлагаю****Торг: неуместен**

Гук Юрий**+375 29 7080201****Заславская 23 корп2**

avizinfo.by

1/1

Белорусская Доска БЕСПЛАТНЫХ Объявлений AvizInfo.by