

Самооборона для детей и взрослых в Ростове в Центре, СЖМ, на Военведе



Ростов-на-Дону, Россия

Наши занятия по самозащите – сочетание боевого искусства и психологических тренингов.

Тренер нашего центра имеет высшее тренерское и психологическое образование.

Опыт работы с детьми 24 года.

Наши занятия восполняют дефицит физической активности, делают тело послушным и выносливым, увеличивают силу и ловкость, развивают гибкость и подвижность.

Программа занятий адаптирована для всех возрастных групп: для детей (3-4, 4-5, 5-6, 7-9, 10-13 лет), для подростков (13-17 лет) и взрослых.

Любой человек, вне зависимости от уровня физической подготовки, может посещать занятия нашего центра!

Проводятся как групповые, так и индивидуальные занятия.

Группы до 12 человек.

Существуют как смешанные группы, так и отдельные группы для мужчин и для женщин.

Расписание для интересующей Вас возрастной группы уточняйте по телефону.

Центр: ул. Текучева, 37, этаж 3, оф. 306 (в здании магазина «Магнит»)

Военвед: ул. Таганрогская, 114 «И» (ТОЦ «Джанфида», спортклуб «Фитнес-Френд»)

Северный: ул. Орбитальная, 26/1 (школа № 98, левое крыло)

Цена: **500 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

Обухова Ксения

+79094312623