



Санкт-Петербургское государственное автономное учреждение
«Дирекция по управлению спортивными сооружениями»

Расписание занятий детских групп ФОК «Руставели» со 2 января 2018г.

Зал единоборств №414/1

	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>	<i>Суббота</i>	<i>Воскресенье</i>
<i>17:00 -18:00</i>	<i>Айкидо (с 5 лет) <u>Идет набор в группу</u> Алексей</i>	<i>Каратэ (с 4 лет) Дмитрий</i>	<i>Айкидо (с 5 лет) <u>Идет набор в группу</u> Алексей</i>	<i>Каратэ (с 4 лет) Дмитрий</i>	<i>Айкидо (с 5 лет) <u>Идет набор в группу</u> Алексей</i>		
<i>18:00-19:30</i>	<i>Айкидо90' (с 7 лет) <u>Идет набор в группу</u> Алексей</i>	<i>Каратэ90' (с 7 лет) Дмитрий</i>	<i>Айкидо90' (с 7 лет) <u>Идет набор в группу</u> Алексей</i>	<i>Каратэ90' (с 7 лет) Дмитрий</i>	<i>Айкидо90' (с 7 лет) <u>Идет набор в группу</u> Алексей</i>		

Наш адрес: Руставели ул. дом 51, лит. А

Тел. 458 -86-52

<http://www.directory.spb.ru>



**Санкт-Петербургское государственное автономное учреждение
«Дирекция по управлению спортивными сооружениями»**

Уважаемые посетители комплекса! Мы рады предложить Вам и Вашим детям разнообразные детские занятия.

Описание детских занятий ФОК «Руставели»

<u>Каратэ</u>	Занятия проводятся с детьми от 4 лет. Для новичков обучение проводится по особой программе «Общефизическая подготовка с элементами каратэ». Программа имеет образно-игровую направленность и в легкой форме позволяет ребенку получить основные двигательные навыки, умение ориентироваться в пространстве, взаимодействовать в коллективе, развивать активное (реагирующее) внимание, умение концентрироваться, улучшить координационные и скоростно-силовые качества.	55 мин
		90 мин
<u>Айкидо</u>	Современное боевое искусство, техники которого акцентируются на слиянии с энергией противника и заканчиваются болевым захватом или броском. Айкидо - одна из немногих систем самообороны, адаптированная для успешного освоения ребенком и способствующая гармоничному психофизическому развитию. Начиная посещать занятия, дети оказываются в особой среде, в которой приняты жесткие требования к дисциплине, соблюдаются определенные правила, демонстрирующие уважение к партнерам, инструктору и самому себе. На занятиях с детьми уделяется время подвижным играм, во время которых дети не только двигаются физически, а так же учатся тому, что победить можно не только с помощью силы, но и благодаря правильно выбранной тактике. В играх побеждает тот, кто сумел спрогнозировать действия соперников, вычислить слабое место, объединиться с союзниками. Обучая защищаться, инструктор стремится научить ребенка думать, выбирать стратегию победы, навязывать противнику свои условия боя.	55 мин
		90 мин

Правила посещения детских занятий ФОК «Руставели»

- 1. Оформление договора в зоне рецепции ФОК при покупке абонемента.**
- 2. Выдача посетителю на руки расписания занятий. Родители имеют право получить контактный телефон инструктора.**
- 3. За 5 мин до начала занятия инструктор забирает детей (3-7 лет) из гардероба.**
- 4. Родители ожидают детей в гардеробе.**
- 5. После занятия инструктор приводит детей на рецепцию комплекса к лифту, где детей встречают родители.**
- 6. Если ребенок опоздал на занятие, его провожают родители (обязательно сменная обувь или бахилы).**
- 7. Дети с 9 лет посещают занятия самостоятельно и переодеваются в раздевалках, согласно половому признаку.**
- 8. Родители могут посещать занятия только в дни открытых уроков.**
- 9. В правила могут быть внесены уточнения и изменения, исходя из текущих условий работы конкретного комплекса.**
- 10. Вход на занятия строго по абонементам, которые необходимо предоставить администраторам перед началом занятий.**



Наш адрес: Руставели ул. дом 51, лит. А
Тел. 458 -86-52
<http://www.directory.spb.ru>