

15 октября состоялась открытая тренировка юных пловцов с командой ЯРФСОО «СИБАЙК». https://vk.com/seabike_schoolyar

В гости к ребятам приехала команда профессионалов тренеры преподаватели Игорь Пенчуков и Алексей Слаповский, и лучшие спортсмены Богдан Игнатьев и Артём Григорьев. Ярославцы уже были в нашем городе на мастер-класс и на межмуниципальных соревнованиях "Олимп и Я".

Заинтересовав наших ребят новым видом плавания, коллеги решили ещё раз приехать и поделиться опытом по правильной работе и эксплуатации сибайка. На открытой тренировке присутствовали старшие ребята Мочалова С.С. и средняя группа Иванцова В.П. которые уже за время своего тренировочного процесса немного были знакомы с владением сибайка.

Ребятам ещё раз провели подробный инструктаж о назначении, о работе и правильном подборе сибайка под личные параметры пловца. После этого участники мероприятия учились в воде правильно дышать в маске с трубкой.

Обучение этому элементу является одним из важных. Далее с каждым ребёнком работал тренер, показывая упражнения для начального уровня, постепенно усложняя задания. Корректировали по индивидуальным особенностям инвентарь, устраняли ошибки и работали над правильностью техники. Наши юные пловцы очень быстро схватывали новую информацию и поддерживали темп тренировки. По окончании встречи ребятам было предложено совершить заплыв на сибайке 25 метров на время. По итогу заплыва был выстроен рейтинг лучших пловцов. Команда ярославских гостей подарила победителям шапочки для бассейна с символикой сибайка. Ребятам очень понравилась тренировка, 2.5 часа пролетело незаметно. Мы благодарим коллег с федерации ЯРФСОО «СИБАЙК» за оказанную помощь и проведение тренировки с нашими воспитанниками, надеемся на дальнейшее плодотворное сотрудничество и верим, что новый вид плавания на сибайке отзовётся в сердцах наших юных пловцов!

Фотографии с тренировки можно посмотреть по ссылке https://vk.com/album-192978425_287388266