

В Фок «Олимп» тренеры - преподаватели продолжают проводить открытые тренировочные занятия. Во вторник, 31 мая в большом бассейне воспитанники младшей группы под руководством педагога Надежды Борисовны Балицкой продемонстрировали родителям всё чему они научились за время, прошедшее с начала учебного года. Ребята делали упражнения для правильного дыхания в воде, при этом проплывали небольшую дистанцию. Плыли с плавательными досками, работая ногами кролем. Также плавали на спине поочерёдно работая руками, показав при этом отличную координацию и правильное положение тела. Прыгали в воду с высокого бортика, и оттолкнувшись от дна, проплывали на груди, работая ногами, с задержкой дыхания. Совершали прыжки с низкого бортика из положения «группировка», стараясь сделать кувырок в воде. В этот день было много улыбок и отличное настроение у всех: у участников занятия и у зрителей!