KidnessClub

Звенигородская 12
Санкт-Петербург,
Russia
+78126450155
kidnessclub.ru

Company logo

Company logo

"KidnessClub" - это первый фитнес-клуб для детей в Санкт-Петербурге, цель которого здоровье, а не спортивные достижения. Клуб специализируется по двум направлениям: - различные фитнес-программы для детей в возрасте от 9 месяцев до 12 лет - психологическая и практическая подготовка к родам, партнерские роды, фитнес для беременных. (KidnessClub занимается здоровьем детей еще до их рождения именно по этому в клубе проходят занятия для беременных). Отличительные особенности фитнес-клуба для детей: - выявление индивидуальных потребностей и подбор фитнес - программы на первичном осмотре врача ЛФК и консультации с детским психологом; - регулярный мониторинг эффективности выбранной фитнес – программы; -увеличенная продолжительность занятий – 1,5 часа; -малые размеры групп (от 4 до 8 человек); -возможность наблюдения родителями за ходом занятий на экране; - цель занятий – здоровье, а не спортивные достижения; - воспитание культуры здорового образа жизни; - гибкое расписание. Фитнес-программы для детей: Занятия направлены на укрепление опорно-двигательного аппарата (мышцы, осанка, суставы, связки), улучшение координации, гибкости, ловкости, развитие мелкой и крупной моторики, памяти, мыслительных процессов и воображения. Особое внимание уделяется профилактике сколиоза и плоскостопия, общему укреплению здоровья детей. от 9 месяцев до 3 лет: - развивающие занятия (проходят вместе с родителями) от 3 до 12 лет: - танцы разных направлений - дзюдо - оздоровительная гимнастика - подвижные игры - массаж KidnessClub ставит перед собой задачу не только грамотного физического развития детей, но и психологического благополучия. Поэтому клуб предлагает детям от 5 лет занятия по арт- и песочной терапии, индивидуальные консультации психолога, профориентацию подростков.

Generated by Mapolist.com 12/11/2026 03:12