

Āgenskalna ģimnāzijas skolēnu vecākiem

Projekts „Veido savu stāju!”

Sākot ar decembri Āgenskalna ģimnāzijas Sporta kompleksa aerobikas zālē plānojam organizēt koriģejošās/ārstnieciskās vingrošanas* grupas skolēniem. Vingrošana notiktu 2x nedēļā pēc stundām. Vienas nodarbības cena bērnam 3Ls. Grupā no 10 līdz 15 bērniem.

Lūdzam tos **vecākus**, kuriem rūp sava bērna veselība un ir interese par koriģējošo vingrošanu, **līdz novembra beigām sazināties ar mums**, lai izrunātu ērtākos laikus koriģējošās vingrošanas organizēšanai un pierakstītu savus bērnus uz nodarbību.

Kontakttālruni: **67381471, 27004006.**

*Koriģējošā/ ārstnieciskā vingrošana – šajā nodarbībā iekļauti plecu joslas, muguras un vēdera preses spēka, stiepšanas un līdzsvara vingrojumi, kā arī dziļās muskulatūras treniņš, kas notur mugurkaulu pareizā stāvoklī. Nodarbības ilgums – 1h.

www.fizio.lv

„Baltijas Fizioterapijas” kolektīvs

