

В «Кимберли Лэнд» проведен мастер-класс для сотрудников комплекса

13.07.2015



На прошлой неделе в бассейне оздоровительного комплекса «Кимберли Лэнд», расположенного на улице Азовской в районе Зюзино, состоялось практическое занятие по обучению сотрудников комплекса работе с аква-бабутом.

Мастер-класс проводила Татьяна Максимова - международный тренер АЕА (Aquatic Exercises Association) США, мастер-тренер FISAF (FEDERATION INTERNATIONALE DES SPORTS AEROBICS AND FITNESS) Европа, FAR (Федерация Аэробики России). В программе занятия сотрудники «Кимберли Лэнд», работающие в бассейне, научились работать на аква-батуте. «Водяной» батут представляет собой специальное спортивное оборудование, погруженное на дно бассейна. На батуте выполняется большое количество разнообразных прыжков, развивающих равновесие и координацию движений, и создающих комфортную нагрузку для ног, что позволяет быстро похудеть.

Мастер-класс вызвал огромный интерес не только у сотрудников, но и у клиентов клуба, а 10 июля в бассейне оздоровительного комплекса состоялся первый урок **Aqua Jump**, где тренеры спорткомплекса смогли применить полученные знания на практике.

Газета «Каховка», новости района Зюзино

<http://zyuzinomedia.ru/>

Адрес страницы: <http://zuzino.mos.ru/presscenter/news/detail/2001605.html>

[Управа района Зюзино](#)