**ЗАНИМАНИЯ СЪС СВОБОДЕН ДОСТЪП - лечебна – изправителна гимнастика във водна среда – район Младост, 145 ОУ**

***Двигателни техники и дихателни упражнения, развиващи контрола, гъвкавостта и силата на мускулатурата, отговорна за здравето на гръбначния стълб, двигателни проблеми, плоскостъпие***

**Заниманията се провеждат от кинезитерапевт - Владимир Драганов** – тел. за контакт**:+359 889 007 325**

***ЗАНИМАНИЯТА СА ВЪВ ВОДНА СРЕДА - БАСЕЙН***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПЕРИОД**  **МЕСЕЦ** | **ДЕН** | **ЧАСОВИ ГРАФИК** | **СПОРТЕН ОБЕКТ**  **НАИМЕНОВАНИЕ** |
| **20.06.-31.07.23 г.** | **понеделник**  **вторник**  **сряда**  **четвъртък**  **петък** | **17.30 ч.-18.30 ч.**  **18.30 ч.-19.30 ч.** | **Басейн на ЦПЛР – Спортна школа „София“**  **145 ОУ** - адрес: Район „Младост“, жк. Младост – 1 А; ул. Ресен № 1; транспорт: Метро станция „Младост 3“; Автобуси: № 76; 213; 214; 305; 88; Спирка бл. 43  ***Забележка: Участниците в заниманията трябва да бъдат с бански, плувна шапка, джапанки и хавлия. Препоръчително е ползването на плувни очила.*** |



**Важно съобщение: Информация и Записване за безплатни терапевтични занимания – изправителна гимнастика във водна среда, които ще се провеждат през новата учебна 2022/2023 г., в басейн на ЦПЛР – Спортна школа София, може да получите на тел: :+359 889 007 325, кинезитерапевт Владимир Драганов**

**ЗАНИМАНИЯ СЪС СВОБОДЕН ДОСТЪП - лечебна – лечебна изправителна гимнастика в зала:**

***Двигателни техники и дихателни упражнения, развиващи контрола, гъвкавостта и силата на мускулатурата, отговорна за здравето на гръбначния стълб, двигателни проблеми, плоскостъпие./***

**Занимания се провеждат от кинезитерапевт: Илонка Стойчева –** тел. за контакт: +359 878 28 77 54

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПЕРИОД**  **МЕСЕЦ** | **ДЕН** | **ЧАСОВИ ГРАФИК** | **СПОРТЕН ОБЕКТ**  **НАИМЕНОВАНИЕ** |
| **20.06.-31.07.23 г.** | **понеделник**  **вторник**  **сряда**  **четвъртък**  **петък** | **10.00ч.-12.00ч.** | **90 СУ „Ген. Хосе де Сан Мартин“**  **ЦПЛР – Спортна школа София,**  **Адрес: 90. СУ -** гр. София, район Люлин 2,  Транспорт: тролейбус № 6 |

 