

ВЫБИРАЕМ СПОРТИВНУЮ СЕКЦИЮ ДЛЯ РЕБЕНКА

О территориальном расположении спортивной школы следует подумать в первую очередь. Большие расстояния утомительны. И практика показывает, что первыми устают от дальних поездок на тренировку отнюдь не дети, а взрослые. Именно со стороны взрослых провоцируются прогулы, а в дальнейшем – и отказ от занятий. Сам факт прекращения тренировок – еще не самое страшное. Другое дело, что в оправдание этого факта родители и бабушки нередко выдвигают такие аргументы, что у ребенка в подсознании откладывается, что спорт – это не самое главное и без него можно прожить. Прожить, конечно, можно. Однако именно после упомянутых случаев обычно пропадает охота заниматься чем-либо вообще, и тогда юноша выбирает привычный для себя путь «школа – компьютер – улица».

Поэтому следует помнить – на поездку в спортивную секцию нужно тратить не более 40–50 минут. Если получается больше – надо найти другое место, поближе. В противном случае благое стремление к физической культуре принесет элементарный вред. Ведь наряду со спортом в жизни остаются школьные домашние задания, а их выполнение, на ночь глядя – не самая радужная перспектива.

Родителям стоит отдавать себе отчет в том, что секцию они выбирают для ребенка, а значит, прежде всего, следует ориентироваться на его способности и возможности.

Прежде всего – все зависит от **индивидуальных особенностей** самих детей. Лучше всего предрасположенность ребенка к определенному виду спорта видна в интервале от 5 до 7 лет. Отдать малыша в секцию раньше, конечно, можно, но это не более надежный выбор. Глобальная же задача – максимально использовать детские природные данные.

Единственная серьезная причина исключить спорт из повседневности – инвалидность.

Все остальное – сигнал к тому, чтобы поискать вид спорта, подходящий конкретному ребенку. Скажем, проблемы с давлением и сосудами – повод держаться подальше от единоборств, но шанс заняться волейболом или горными лыжами. Бронхиальная астма подразумевает отказ от беговых нагрузок, но вполне допускает водные виды, различные типы борьбы и автоспорт. Здесь важно понять, что в своей осторожности взрослые должны знать меру. Все знаменитые чемпионы-рекордсмены – это отнюдь не богатыри от рождения, а, наоборот – в большинстве своем люди, преодолевшие детские недуги и в чем-то нарушившие рекомендации врачей.

Вот, например, у ребенка лишний вес, а его ведут в секцию футбола, исходя из того, что он заодно и похудеет. Это неправильно. В футболе важны подвижность и координированность, а конституция этого ребенка – гарантия того, что тренировочный процесс для него превратится в сплошное унижение. Разумеется, все это может привести к неприятию спорта в целом. Полным детям гораздо больше подойдут плавание, дзюдо, некоторые разновидности легкой атлетики или хоккей – это, кстати, тот самый игровой вид спорта, в котором изрядный вес даже приветствуется.

Далее – рост. Не секрет, что высокие люди особо ценятся в таких играх, как баскетбол и волейбол. Длина тела в сантиметрах – настолько важный для этих игр фактор, что тренеры готовы простить потенциальным воспитанникам и некоторую медлительность и посредственную координацию движений. Так что если ребенок хорошо растет – нужно обратить внимание в первую очередь на «паркетные» виды спорта. Кроме того, исходя из роста родителей, можно спрогнозировать и будущие габариты ребенка – у высоких взрослых и дитя, как правило, достигает приличных показателей. Кстати, бывают случаи, когда высокий рост становится помехой для занятий. В спортивной гимнастике, например, долговязых не любят, считая их нескладными и бесперспективными.

Что касается футбола и хоккея, то здесь есть достаточно жесткие критерии: скорость, ловкость, резкость. Скорость – это единственное качество, которое невозможно «привить» – она дается от природы, и увеличить ее в ходе тренировок можно лишь на 10% – научно доказано. Поэтому, как бы ни хотелось удовлетворить свои родительские амбиции, заняв чадо самой популярной в мире игрой, вряд ли стоит мучить флегматичного парня заведомо бесполезным процессом. Надо проверить: возможно, он будущий чемпион мира по боулингу – есть и такие секции.

Многие считают, что физкультура и спорт – это одно и то же.

На самом деле это не совсем верно. В спорт можно превратить любую отрасль знаний и умений: и медицину, и историю, и даже культуру, если поставить себе целью гонку за достижениями. Общее в этих двух понятиях «физкультура» и «спорт» – используемые средства – в основном физические упражнения и игры. Отличаются же они постановкой целей: физкультурой занимаются, чтобы быть здоровым, а спортом – ради достижений, результатов. Физкультура направлена на исправление физических недостатков, а спорт – на развитие физических достоинств. Сравните, есть альпинизм – перевалы, дружеская поддержка, а есть скалолазание, где важен результат.

Делать из ребенка олимпийского чемпиона совсем необязательно. Вполне достаточно того, чтобы он просто был физически подготовлен и все время занят. Таким образом, можно оградить его от пагубного влияния улицы и благотворно повлиять на состояние здоровья.

Осталось самое главное: определиться, в какую именно секцию податься?

Боевые искусства (всевозможные дзюдо, карате и пр.). Эти спортивные дисциплины способствуют развитию точности движений, гибкости, гармоничному развитию вашего ребенка. Для мальчика нет ничего важнее, чем уметь за себя постоять. Главное, чтобы боевое искусство не перешло в банальное размахивание руками и ногами. Учитель как старший наставник, должен нести философию детям, а не вырабатывать в душах обучаемых агрессию.

Гимнастика (спортивная или художественная). Способствует развитию гибкости, красоты, точности движений, творческому восприятию мира. Гибкие фигурки обычно прельщают родителей девочек. Ловкие рассчитанные движения радуют глаз, но... растянутые связки и мышцы, вывихнутые суставы – далеко не весь список травм, характерных для этого вида спорта. Но вполне можно предложить своей дочке заниматься, например, танцами или ритмикой, которые развивают те же самые качества, а негативных последствий гораздо меньше.

Силовые нагрузки: тяжелая атлетика, бодибилдинг и все, что с ними сопряжено, должны быть полностью исключены. Пока организм вашего ребенка растет, не стоит перегружать его. Гибкие детские кости, не до конца сформировавшиеся суставы и так испытывают огромную нагрузку в период роста, а потому не стоит нагружать их еще больше. Развитие силовых способностей можно начинать в четырнадцать – шестнадцать лет. Раньше никаких результатов вы не добьетесь, а вот навредите наверняка.

Плавание. О положительном влиянии этого вида спорта спорить не приходится – только польза. Родителей девочек могут несколько насторожить широкие плечи профессиональных пловчих. Однако занятия плаванием один-два раза в неделю не отразятся на детской фигуре, а вот польза здоровью будет несомненная.

Командные виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол, хоккей и др.). Конечно, травмы, как и во всех видах спорта, настораживают. Но у командных видов спорта есть одно преимущество. Родителям стоит задуматься, насколько социально адаптирован их ребенок. Если он не ходил в детский сад, а воспитывался дома вами или няней, для него это еще один шанс научиться общаться со сверстниками и развить командный дух. Ну а если ваш ребенок и так свободно сходит с людьми, для него эти занятия станут дополнительным приятным мероприятием.

Легкая атлетика (бег, метание копья, толкание ядра, спортивная ходьба, прыжки в длину, высоту и пр.). Конечно, принятого в секцию ребенка пяти – семи лет не поставят сразу же толкать ядро или бежать марафон. Его научат правильному дыханию, постановке ноги при беге и ходьбе, что очень важно, дабы, играя в «догонялки» на детской площадке, не получить травму.

Лыжи. Человечество, столько лет стремившееся к комфортной жизни в больших красивых городах, стало объектом урбанизации (увеличение доли городского населения). Далеко не в каждом городе есть возможность пройтись на лыжах. Пешеходные дороги улиц зимой посыпают солью, снег тает, едва коснувшись земли. Это, конечно, не плохо, но не для лыжников. Вам крупно повезло, если вы живете недалеко от леса или хотя бы парка. В этом случае в вашем районе, скорее всего, есть лыжная секция. Если же нет, то на выходные вполне можно, собравшись всей семьей, отправиться за город на лыжах. Прогулка на природе с любимыми и близкими ребенку людьми принесет ему, да и вам тоже, гораздо больше удовольствия и пользы, чем даже самая профессиональная спортивная секция.

Большой теннис. Вид спорта, ставший очень модным, а потому весьма дорогой. Если достаток позволяет – почему бы нет: ловкость, быстрота реакции, умение побеждать и, что немаловажно, проигрывать еще никому не повредили. Если же семейный бюджет весьма ограничен – не стоит расстраиваться, те же качества поможет развить и легкая атлетика, и футбол, и многие другие виды спорта.

Спорт – удовольствие, а не повинность.

Подведем итоги. Выбирая спортивную секцию для своего ребенка, надо помнить о том, что глобальная задача – доставить ему будущими занятиями удовольствие, стимулировать желание идти рука об руку со спортом всю жизнь, а не просто загрузить его некоей повинностью. Выбирая секцию, также следует принимать во внимание два фактора – личностные качества малыша и удаленность потенциального места тренировок от дома. Не нужно драматизировать ситуацию по пустякам и внушать ребенку смолоду, что для спорта он слишком слаб и болезнен. Ну, а когда выбор сделан, надо заняться поиском более квалифицированного тренера, который будет внимательно относиться к каждому конкретному обучаемому.

Alex Fitness на Богатырском

В клубе действуют программы детских занятий, разработанные корпорацией «Лимпик»: «Школа суперагентов» (3-15 лет, секции - **современные танцы, карате, атлетизм, бокс**; занятия для детей от 1,5 лет вместе с мамой; «**Национальная балетная академия**», «**Брейкинг академия**» (школа брэйк-данса). Подробнее об этих программах можно прочитать в описании [Спортивного клуба Olympics на Кондратьевском](#).

Школа "Парус"

Школа "Парус" проводит обучение **парусному спорту** детей в возрасте от 7 до 18 лет от начального уровня до спортсмена-гонщика. Клуб располагает следующей материальной базой: 20 швертботов класса "Оптимист", 15 швертботов "Луч", швертботы "Bug", "Bahia" и 4 килевые яхты "Laser SB3".

Санкт-Петербург, ул. Береговая, д. 19 (ЯП Геркулес)

Сайт: <http://www.sc-parusnik.ru>

Телефон: (812) 324-22-55

Станция метро: Старая Деревня, Чёрная речка

Бассейн при детско-юношеской спортивной школе олимпийского резерва (гандбол, волейбол) приморского района

Размеры: длина - 25 метров, 6 дорожек. Глубина - до 4.8 метров. Дети допускаются только с 7 лет с родителями. На каждое разовое посещение необходима справка от врача. Абонементное посещение возможно. Ученики 2-3 классов школ приморского района могут проходить обучение плаванию в группах.

СПб, пр. Королева, д.23

Сайт: <http://sportvprim.ru>

Телефон: (812) 395 35 05

Станция метро: Комендантский проспект

Школа-интернат №357 "Олимпийские Надежды"

Прием в школу ведется круглый год. Принимаются дети с 6-го класса на конкурсной основе. Кроме образовательной программы здесь представлены следующие виды спорта: **дзюдо, бокс, легкая атлетика, велоспорт** (bmx, шоссе). Условия обучения - бесплатно.

СПб, Савушкина ул., 134, корп. 4

Телефон: 345-33-67

СДЮШОР по конькобежному спорту

Занятия проходят на стадионе "Спартак" в Удельном парке (новое название "Олимпийские надежды").

Занятия бесплатные. В группах занимаются детишки от 4 до 14 лет. Кроме занятий на льду, дети занимаются и **ОФП с элементами легкой атлетики и гимнастики**. В летнее время можно записаться в лагерь в Лосево.

СПб, ул. Аккуратова д. 7А, лит. Н (Стадион Олимпийские надежды)

Телефон: 8 905 277-10-09

Станция метро: Удельная, Пионерская

"Белоснежка" школа фигурного катания

В школу принимаются дети от 4 лет. Помимо **занятий на льду**, будущие фигуристы проходят **общефизическую подготовку и хореографию**. В зимнее время ледовые занятия проходят на открытом катке.

СПб, Скобелевский пр., д. 17

Телефон: 554-31-08

Станция метро: Удельная

Детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва Приморского района (гандбол, волейбол) (ГОУ ДОД СДЮСШОР)

Направления школы: **гандбол** (с 9 лет), **волейбол** (с 9 лет), **плавание** (бесплатно для учащихся 2-3 классов). Тренировки по гандболу и волейболу включают в себя занятия в бассейне. Условия занятий - бесплатно. На летний период школа предоставляет детям возможность выезда в оздоровительный лагерь "Юный Приморец" в п.Вырица Ленинградской области. На сайте школы можно найти организационную информацию, правила игр по профильным дисциплинам, историю волейбола и гандбола, ссылки на вышестоящие организации и др.

Санкт-Петербург, Королёва просп., д. 23

Сайт: <http://sportvprim.ru>

Телефон: 393-54-24; 393-04-38

Станция метро: Комендантский проспект

КСК Спартак, конноспортивный клуб

В клубе есть открытый и крытый манежи. Проводятся занятия по **обучению верховой езде** и курсы начальной подготовки. Занятия групповые и индивидуальные, конкурном и выездкой. Аренды лошадей нет, только обучение.

СПб, Аккуратова ул., д. 7 А

Телефон: (812) 957-22-46; (812) 393-49-21

Газпром, спортивный центр на Нижне-Каменской (СПб)

В комплексе Газпром на Нижне-Каменской есть: тренажерный зал (от 14 до 26 лет); многофункциональный игровой зал; аэробный зал. Спорткомплекс могут посещать исключительно жители Приморского района. Занятия бесплатные. Вход в комплекс только по абонементам. Для записи необходимо иметь ксерокопию паспорта с постоянной регистрацией или справку о временной регистрации, фотографию (3x4), справку от врача-терапевта. В спортивном центре есть секция **футбола, регби** (от 11 лет), **волейбола, пилатеса, аэробики и физкультурно-оздоровительные занятия.**

СПб, Нижне-Каменская ул., д. 1
Телефон: +7 (931) 326-24-97
Станция метро: Комендантский проспект

Коломяги, ЭДФШ детская футбольная школа

В настоящее время в футбольной школе обучаются свыше 500 мальчишек с 5 до 17 лет, большинство из которых регулярно принимают участие в серьезных спортивных соревнованиях, начиная с высшей группы чемпионата города по **футболу и мини-футболу**, и заканчивая международными турнирами проходящими на территории ближнего и дальнего зарубежья. Сотрудники клуба всегда готовы ответить на все интересующие вопросы, дать подробную информацию о порядке поступления в ФК «Коломяги» по телефону или по e-mail.

СПб, Коломяги, 3-я линия, 1-я половина, д. 2-А
Сайт: <http://k-sport.ru/>
Телефон: 301-10-76, 303-15-69 - факс
Станция метро: Пионерская, Удельная

Приморец, стадион на Старой Деревне

«Приморец» находится недалеко от ЦПКиО им. Кирова и финского залива. Комплекс располагает 4 грунтовыми кортами. Карты обеспечены раздевалками и душем.

На базе стадиона «Приморец», кроме **тенниса**, также работают секции по **гребным видам спорта** (набор ведется 10-14 лет), **пляжному футболу**.

Если Вы хотите, чтобы Ваш ребенок занимался теннисом постоянно, то лучше выбрать другие теннисные центры, функционирующие круглый год, которых в этом же районе достаточно, а «Приморец» - это хорошее решение для разовых тренировок или для проведения летнего периода.

В зимнее время заливается открытый каток на футбольном поле.

СПб, Приморский пр., д. 56/2
Телефон: 430 31 74; 380 79 46
Станция метро: Старая Деревня

Студия гимнастики Анны Серовой, гимнастика для девочек в Санкт-Петербурге

В студию Анны Серовой приглашаются девочки 3-8 лет. Тренировки проходят в двух залах: на проспекте Королева и на [Паражютной улице](#). Основа занятий - это **художественная гимнастика**. В курс обучения, помимо гимнастики, включены акробатические упражнения, ОФП, растяжка. Эти занятия формируют базу, которая позволит в будущем, при желании, развиваться профессионально в любом выбранном виде спорта. Целью занятий ставится не столько спортивный результат, сколько здоровье, красота, развитие музыкальности, танцевальных способностей у девочек. Элементы акробатики, танца и хореографии собираются в танцевальные композиции, которые ребенок сможет продемонстрировать на выступлениях и конкурсах. Руководитель: Анна Григорьевна Серова, мастер спорта международного класса по художественной гимнастике, специалист в области спорта и здоровья, НГУ им П.Ф. Лесгафта, неоднократный победитель научных конференций, соискатель учёной степени на кафедре педагогики НГУ им. П.Ф. Лесгафта.

СПб, проспект Королёва, д. 21

E-mail: annet_777@mail.ru

Телефон: +7 (911) 709-02-88

Школа Алёны Куракиной

Возраст поступающих - с 4 лет. Условия поступления - свободные. Осуществляется набор на следующие направления: **ушу** «Панда» (дети с 4 лет), **тхэквондо** (дети с 7 лет), **художественная гимнастика** (девочки с 4 лет). Организируются выезды на соревнования различного уровня. В ходе тренировок присваиваются разряды, пояса. Во время летних каникул школа организует выезд в детский лагерь. Тренировки по ушу и художественной гимнастике проходят в гимназии №49.

СПб, Богатырский пр., 55, корп. 3

Сайт: <http://www.kurakina.ru>

Телефон: 335-80-28

Станция метро: Комендантский проспект

Олимп (Олимп), спортивный клуб (с бассейном, детским клубом)

Клуб Олимп предлагает развивающие и спортивные программы для детей. В клубе есть детские программы: **"Национальная балетная академия"**, **"Брейкинг академия"** и **"Академия плавания"**. Детская «Национальная балетная академия» — доступная каждому школа балета, включающая в себя как непосредственные занятия балетом, так и посещения театров и выставок. «Брейкинг академия» — занятия брэйк-дансом, диджеинг, граффити. "Академия плавания" - групповые занятия плаванием для детей от 3 до 15 лет.

СПб, Оптиков ул., д.4, к.2

Сайт: <http://olympicsport.ru>

Телефон: (812) 600-46-00; (812) 291-29-91

Станция метро: Старая Деревня

Таурас фитнес (Taurus-Fitness), фитнес и детские секции с бассейном на Старой деревне

В клубе есть **детская комната** и **[Детский клуб Taurus-Kids](#)**.

СПб, Торфяная дорога, д. 9
Сайт: <http://taurasfitness.ru>
E-mail: sales@taurasfitness.ru
Телефон: (812) 331-03-83
Станция метро: Старая Деревня

Скалодром Танрэн

Высота зала - 6.5м. Есть вертикаль, нависания, карнизы, арка. Свободное посещение; прокат снаряжения, тренажеры, шведская стенка, раздевалки, душ, сауна. Функционирует **школа спортивного скалолазания** в двух возрастных категориях: дети от 5 лет, подростки и взрослые.

СПб, Ольховая ул., д.18
Телефон: 8 921 385 43 18
Станция метро: Комендантский проспект

Гвардия на Богатырском, спортивное общество, секция рукопашного боя

Спортивное общество "Гвардия" проводит тренировки для детей и взрослых по **рукопашному бою**. В зале проходят тренировки групп для детей 5-7 лет, 8-12, 13-16 лет и взрослых. На тренировках проводят общефизическую и специальную физическую подготовку, технико-тактическую подготовку (сам рукопашный бой). У учеников есть возможность участвовать на соревнованиях по рукопашному бою, универсальному бою, ушу-саньда. Спортивное общество организует для своих воспитанников спортивные сборы, летние и зимние лагеря.

СПб, Богатырский проспект, д. 19 (Школа № 644)
Сайт: <http://www.gvardia.spb.ru>
E-mail: gvardia@bk.ru
Телефон: +7 (921) 446-95-33
Станция метро: Комендантский проспект, Пионерская, Старая Деревня

Детско-юношеский спортивный клуб Шен Сяолон

Основное направление клуба - **каратэ-до**. Принимаются дети от 5 до 18 лет. Тренировки проходят 2-4 раза в неделю. Спортсмены участвуют в соревнованиях. Присваиваются пояса. Клуб ведет активную туристскую деятельность: пешие, лыжные, водные, велосипедные походы по Ленинградской области, Карелии и другим регионам России. В период каникул есть возможность выезда в оздоровительные лагеря.

СПб, Испытателей пр., д.31 корп. 1
Сайт: <http://shensyaolon.spb.ru>
Телефон: 395-36-62; 8-921-750-78-43
Станция метро: Комендантский проспект

Чируги, клуб таеквон-до

Клуб "Чируги" - это клуб **таеквон-до** для детей от 5 лет и взрослых. В зале проводятся занятия для всех возрастных групп.

СПбю, ул. Ольховая д. 18

Сайт: <http://www.tkdchirugi.ru>

Телефон: (812) 952-43-81

Станция метро: Комендантский проспект

ДоМо, семейный клуб, единоборства, мастер-классы

Единоборства в школе "ДоМо" представлены двумя направлениями: академические единоборства и оздоровительные. Возрастные группы - с 3 лет, с 18-ти, с 32-х лет. Занятия проходят преимущественно два раза в неделю в разных залах города. Направления и программы клуба: "ДоМо-контакт"; "**Айкидо** Айкикай"; "**Каратэ**-до Шотокан"; **йога** для детей; арт-студия "Домо-Профи" (творческие мастер-классы); программа для подростков "Старт" (целевая программа для социализации и творческого развития активных подростков).

СПб, ул. Беговая, д. 3

Сайт: <http://www.domoschool.spb.ru>

E-mail: domo@yandex.ru

Телефон: (812) 294-46-23, 974-27-55

Станция метро: Старая Деревня

Отделение тхэквондо спортшколы «Комета»

Набор детей в секцию проводится ежедневно в сентябре месяце. Возраст: 5-7 лет. При успешном прохождении просмотров занятия бесплатные. Также в спорткомплексе занимается отделение **плавания** спортшколы «Комета».

[ГУ ДО СДЮШОР «Комета».](#)

СПб, Главная ул., д.24, лит.А

Сайт: <http://www.kometaspb.ru/>

Телефон: (812) 640-25-04

Станция метро: Удельная

Теннисный клуб "Коломяги-Старт"

В клубе занимаются дети от 5 лет. Есть возможность бесплатных тренировок для детей в возрасте до 9 лет. Разработаны различные программы для нескольких возрастных групп. Условия тренировок различны: от командных до индивидуальных (для детей, тренирующихся в спортивном режиме).

СПб, Коломяги, 3-я линия 1-й половины, 2-а

Сайт: <http://tennislavr.ru/>

Телефон: +7 921 747-16-38

Станция метро: Удельная

Питер, детская школа боулинга

Детская школа боулинга создана при поддержке Федерации Спортивного Боулинга Санкт-Петербурга. Тренировки проходят в боулинг-клубе [Golden Strike](#) в ТРК Гулливер, с детьми занимаются мастера спорта, чемпионы России по боулингу. Есть как групповые, так и индивидуальные занятия для детей 11-16 лет.

Ученики школы участвуют в соревнованиях в других клубах города. В программу обучения входят: общефизическая подготовка, обучение правилам игры, постановка физической формы игрока, технический арсенал игрока, чтение дорожек, психология игры.

СПб, Торфяная дорога, д. 7
Сайт: <http://golden-strike.ru>
E-mail: info@golden-strike.ru
Телефон: (812) 441-24-24
Станция метро: Старая Деревня

Пилот, детская гоночная автошкола в СПб, багги в СПб

Детско-юношеская спортивно-техническая школа "Пилот" при Сборной команде Санкт-Петербурга по автокроссу работает с 2006 года на базе Спортивного комплекса технических видов спорта "Санкт-Петербургский Ринг". Для обучения детей работают группы Мини-багги и Багги-юниор численностью 3-4 человека. В школу принимают с 5 лет. Для поступления нужно пройти обследование у врача и подготовить пакет документов, заявленный на сайте школы. Занятия с детьми проходят на автомобилях, которые отвечают современным требованиям безопасности и соответствуют Техническим Требованиям к гоночным автомобилям Российской Автомобильной Федерации. Трасса для тренировок подбирается индивидуально для каждого ученика. Программа обучения разбита на курсы: подготовительный, базовый, спортивный и специальный. **Дети учатся не только управлять автомобилем, но и обслуживать его.**

Платформа Ольгино, Конно-Лахтинский пр., дом 61
Сайт: <http://www.buggyclub.narod.ru/>
E-mail: spbring@mail.ru
Телефон: +7 (952) 244-23-55; +7 (952) 225-23-33
Станция метро: Старая Деревня, Чёрная речка

Крылья, йога-клуб

В клубе проходят занятия **йогой** для детей: группе Kids занимаются дети от 5 до 7 лет, в группе Junior - от 8 до 12 лет. Также есть **бальные танцы** для детей 5-7 лет, **капоэйра** - с 7 лет и **ЛФК** для всех, начиная с 5 лет.

СПб, Приморский пр., д. 35
Сайт: <http://www.yogawings.ru>
Телефон: 430-05-80, 430-09-80
Станция метро: Чёрная речка

Divadance/Diva Dance/Диваданс, танцевальная школа

Школа раннего развития - занятия танцами для самых маленьких. Кроме разминки, разучивания танцевальных движений и композиций, в занятие танцем включены упражнения на полу (на ковриках) как для общего физического развития, так и для растягивания (стретчинга). Также в танцевальном занятии присутствуют разнообразные игровые танцы, движения по кругу и многое другое, что позволяет сделать занятия танцами увлекательными и интересными для детей. Также, **хип-хоп** для детей, **тектоник** для детей, детский **восточный танец** (танец живота для детей), **брейкданс** (breaking). Группы детей и подростков: 4-5 лет, 5-6 лет, 7-9 лет, 10-11, 12-13, 13 - 15 лет.

СПб, пр. Королева, 32/1

Сайт: <http://www.divadance.ru>

Телефон: 348-55-39

Станция метро: Комендантский проспект

Детская хоккейная школа «СЕРЕБРЯНЫЕ ЛЬВЫ»

Спортивный клуб "Серебряные львы" предоставляет все возможности детям заниматься хоккеем с шайбой. Тренировки на льду, тренировки ОФП, психологическое сопровождение, четкий врачебный контроль, участие в Первенствах и турнирах оставляют у детей незабываемые впечатления от хоккея.

СПб, ул. Аккуратова, д.7а

Сайт: silverlions@mail.ru

Телефон: 301-17-33, 326-81-19

Станция метро: Удельная, Пионерская