

В ходе занятия ребята отрабатывали различные техники плавания, старта от борта и со стартовых подиумов, плавания с задержкой дыхания. Каждое движение и техничность контролирует и при необходимости поправляет тренер-преподаватель.

Занятие было открытым и за прогрессом детей могли понаблюдать родители.

Ребята занимаются в бассейне не так давно, но уже делают успехи! Они отлично ныряют, ловко плавают, любят озорничать, но тренер строго следит за порядком и дисциплиной!

А еще они очень любят играть в водные игры и эстафеты в малой чаше бассейна и после основной тренировки и выполнения упражнений Наталья Алексеевна даёт им такую возможность.

