|  |  |
| --- | --- |
| Profsojuz Digital (1) | **Профсоюз информирует**  **13.02.2020** |

**Скидки для членов Профсоюза работников образования**

В рамках Года цифровизации в Общероссийском Профсоюзе образования и введения единого электронного профсоюзного билета 13 февраля 2020 года заключено соглашение о сотрудничестве между РТО Профсоюза работников образования Щербиновского района и **фитнес – клубом #KRASKI#,** по условиям которого членам Профсоюза **предоставляются скидки в размере 15 %,** при предъявлении электронного профсоюзного билета и паспорта.

**Спектр услуг фитнес – клуба #KRASKI#**

**Гибкость тела и подтянутая фигура, уникальный стретчинг.**

**Авторская методика, гарантия уменьшения в объёмах.**

***Расписание занятий:***

|  |  |
| --- | --- |
| **ПН – 18.00; 19.00**  **ВТ - 17.00**  **СР – 18.00; 19.00** | **ЧТ – 17.00**  **ПТ – 18.00; 19.00**  **СБ – 18.00** |

Стретчинг (stretching) – это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, повышение гибкости тела, улучшение координации движений, стимуляция кровообращения, поддержание работы суставов, снятие стресса и усталости, уменьшение травматизма. Подходит для всех возрастных групп! Тренировки проходят в ст. Старощербиновская ТЦ «РАДУГА» цокольный этаж **фитнес – клуб** **«KRASKI»**. Провожу индивидуальные тренировки по договоренности по времени. Оздоровительный стретчинг направленный на больную поясницу и шейный отдел, прорабатываем зажатые участки тела.

***Результат:  
\*подтянутая фигура \*отличное самочувствие \*королевская осанка  
\*развитие гибкости, силы и выносливости.***

Описание занятия: \*хороший танцевальный разогрев \*прокачиваем основные группы мышц, пресс, ягодицы, мышцы рук и груди \*безболезненная растяжка всего тела подходит для всех возрастов!

Более подробную информацию о работе **фитнес – клуба** **«KRASKI»**

можно узнать по телефону: 8 938 54 58 543 Нарутто Юлия Сергеевна

**Адрес: ст. Старощербиновская ул. Шевченко 80**

**** ****

**Белоброва Ирина**