**Анонс мероприятий**

**с 13 июля по 31 июля 2020 года**

**МУ "Центр физической культуры и спорта "Юность"**

**13 – 18 июля 2020 г. -** Спортивная площадка МУ «ЦФКиС «Юность» <https://vk.com/public195723092>:

- Утренняя зарядка онлайн (комплекс упражнений на неделю);

- «Минутка здоровья»;

- Спортивный фото - челлендж «Будь в форме!»;

- Познавательная рубрика «История видов спорта»;

- Спортивные новости;

- Беседа «Мифы об энергетических напитках»;

- Мастер-класс по футболу;

- Тренировка по волейболу в домашних условиях;

- Комплекс упражнений силовой тренировки.

**20 – 25 июля 2020г. -** Спортивная площадка МУ «ЦФКиС «Юность» <https://vk.com/public195723092>:

- Утренняя зарядка онлайн (комплекс упражнений на неделю);

- «Минутка здоровья»;

- Международный день шахмат;

- Информационный блок «Чтобы помнили» (спортсмены, герои-победители в Великой Отечественной войне);

- Спортивный фото - челлендж «Будь в форме!»;

- Домашняя тренировка (легкая атлетика);

- Онлайн - викторина «История олимпийского движения».

**27 - 31 июля 2020г. -** Спортивная площадка МУ «ЦФКиС «Юность» <https://vk.com/public195723092>:

- Утренняя зарядка онлайн (комплекс упражнений на неделю);

- «Минутка здоровья»;

- Информационный блок «Чтобы помнили» (спортсмены, герои-победители в Великой Отечественной войне);

- Спортивный фото - челлендж «Будь в форме!»;

- «Игры нашего двора»;

- Беседа «Привычки и здоровье»;

- Уроки с тренером (футбол, спортивная борьба).

Справки по телефону:

**ЦФКиС «Юность»** - 40-315 (08.30-17.12, выходной - суббота, воскресенье).

*\*В анонсе возможны изменения и дополнения.*