



Скиппинг	Занимательный подвижный урок с использованием скакалки.
Мир творчества	Познавательный урок . Направлен на развитие моторики, творческих способностей и знакомство с окружающим миром.
Фитнес Ассорти	Веселый игровой урок с элементами танцев на развитие быстроты, ловкости, выносливости.
Оригами	Познавательный развивающий урок
<i>Атлетик</i>	Силовой урок, представляющий собой круговую тренировку. Направлен на укрепление основных групп мышц.
<i>Fitball</i>	Веселый урок с использованием специальных мячей-фитболов.
<i>Mixball</i>	Урок с использованием различных мячей, направленный на улучшение координации движений.
<i>Fit Game</i>	Урок, включающий в себя занимательные игры на развитие выносливости, воспитание командного духа, развитие координации движений и силы воли, подвижные игры, конкурсы, эстафеты.
<i>Step by Step</i>	Урок с использованием степ-платформы, направленный на развитие координации движений и выносливости.
<i>Belly Baby</i>	Танцевальный урок, включающий в себя изучение основ танца живота.
<i>Baby Yoga</i>	Асаны йоги, адаптированные для детей. Помогают укрепить мышцы, улучшить гибкость и концентрацию внимания.
Здоровые спинки и ножки	Оздоровительный урок в игровой форме, направленный на профилактику нарушения осанки и плоскостопия.
Спарта	Занятие-соревнование на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, координации движений).
Веселая физкультура	Занимательный подвижный урок, направленный на общефизическое развитие и развитие выносливости.
Веселые Старты	Динамичный урок с использованием различного оборудования для эстафет. Направлен на воспитание командного духа, повышения силы, выносливости и быстроты ума.