

Программа мероприятий фестиваля «Фитнес марафон 2018»

команд работников образования Красноярского края «Мы здоровы! Нам здорово!» г. Канск

День первый – 24.03 (суббота)

9:00 – 12:00	Регистрация и расселение участников Ф.М.
12:00 – 12:45	Организационное собрание для руководителей команд Жеребьевка
13:00 – 14:00	Обеденный перерыв
14:00 – 14:30	Технический перерыв
14:30 – 16:30	Торжественное открытие, выступление (соревнование) команд
16:30 – 17:00	Технический перерыв (кофе пауза)
17:00 – 17:15	Переезд к месту проведения здоровьесберегающей программы
17:15 – 18:45	Здоровьесберегающая программа
18:45 – 19:00	Переезд на б/о «Салют»
19:00 – 20:00	Ужин
20:00 – 22:00	Здоровьесберегающая программа, неформальное общение.

День второй – 25.03 (воскресенье)

8:00 – 8:45	Флэш-моб (зарядка) «Мы бодры, веселы»
9:00 – 9:45	Завтрак
9:45 – 10:00	Переезд к месту проведения здоровьесберегающей программы
10:00 – 11:45	Здоровьесберегающая программа
11:45 – 12:00	Переезд на б/о «Салют»
12:00 – 12:30	Свободное время
12:30 – 13:30	Обеденный перерыв
14:00 – 16:00	Торжественное закрытие, награждение участников фестиваля

Здоровьесберегающая программа

День первый – 24.03 (суббота)

17:15 – 18:45 б/о «Салют» – Мастер-класс “Street-Dance” «Мы с улицы»
тренер - Цыганенко Павел Павлович (г. Красноярск)

17:15 – 18:45 Гимназия № 4, г. Канск – Мастер-класс “Lady’Style”
тренер – Шумихин Денис Вячеславович (г. Москва)

17:15 – 18:45 Гимназия № 4, г. Канск – Мастер-класс “Contemporary”
тренер – Карцев Максим Анотольевич (г. Москва)

17:15 – 18:45 Школа № 2, г. Канск – Мастер-класс «Классическая аэробика»
тренер – Василовская Ксения Александровна (г. Красноярск)

20:00 – 22:00 б/о «Салют» – Мастер-класс «Мы в танцах»
тренеры – Шумихин Денис Вячеславович (г. Москва)
Карцев Максим Анотольевич (г. Москва)

День второй – 25.03 (воскресенье)

8:00 – 8:45 б/о «Салют» – ЗАРЯДКА
тренер – Цыганенко Павел Павлович (г. Красноярск)

10:00 – 11:45 б/о «Салют» – Мастер-класс «Фитнес&Классика»
тренеры – Шумихин Денис Вячеславович (г. Москва)
Карцев Максим Анотольевич (г. Москва)

10:00 – 11:45 с/к «Дельфин» – Мастер-класс «Аквааэробика»
тренер – Протасова Юлия Сергеевна (г. Канск)

10:00 – 11:45 Гимназия №4, г. Канск – Мастер-класс «Степ-аэробика»
тренер – Кругом Инна Юрьевна (г. Канск)

10:00 – 11:45 Гимназия №4, г. Канск – Мастер-класс «Классическая аэробика»
тренер – Василовская Ксения Александровна (г. Красноярск)

В программе возможны изменения.