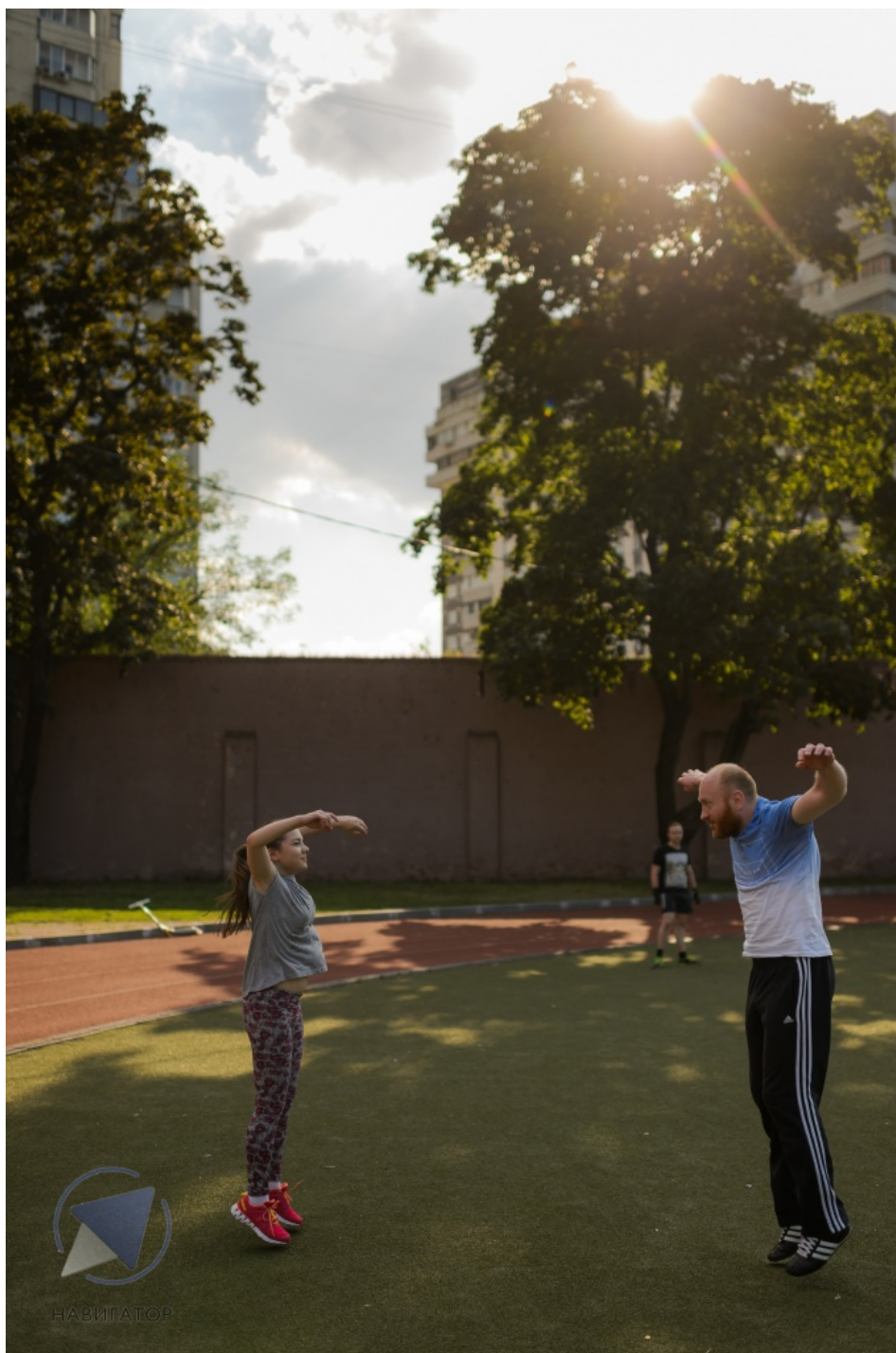


Без права на передышку

01.07.2016



Последний июньский вечер прошел под знаменем: «Без права на передышку». Именные стипендиаты и стажеры Правительства Москвы под руководством главного тренера Городского центра профессионального и карьерного развития Сергея Васильева продолжили нормативную подготовку к сдаче ГТО.



Жара - не повод для послаблений в спорте. Самые стойкие и выносливые студенты столичных вузов пришли на очередную тренировку в Центр. Их ждал интенсивный курс «не для слабых»: легкая атлетика с «тяжелой» атрибутикой.



Целый час в Парке культуры и отдыха «Таганский» ребята, включив все основные физические качества (сила, выносливость, скорость) бегали, приседали, подтягивались и отжимались. Но это было только начало. После ГТО разминки студенты столичных вузов отработывали ударные техники бокса. Несмотря на отличную подготовку нашего тренера, и ему пришлось потрудиться. Именные стипендиаты столичного правительства оказались хорошо физически подготовленные и с девизом «Ни шагу назад» оттачивали приемы.



Тренировка на свежем воздухе прошла на все 100. Уставшие, выжатые как лимон, ребята ушли с поля битвы довольные и счастливые. Надо отметить, что тренер Центра Сергей всегда с большим энтузиазмом готовится к каждой встрече с ребятами. А главное знакомит своих спортивных подопечных не только с физическими нагрузками, но и с техникой безопасности.

Источник: [Городской центр профессионального и карьерного развития](http://centrprof.dtoiv.mos.ru/presscenter/news/detail/3265725.html)

Адрес страницы: <http://centrprof.dtoiv.mos.ru/presscenter/news/detail/3265725.html>

["ГБУ Городской центр профессионального развития"](http://centrprof.dtoiv.mos.ru/)