



А ведь как весело и здорово – танцевать под ритмичную музыку в компании друзей! Танцы оказывают такое же воздействие на наш организм, как лыжи или плавание. Но для лыжного спорта нужен снег, а для плавания – бассейн. Для танцев же ненужно ничего кроме музыки и небольшого пространства.

Обучающиеся фитнес-студии "Апельсин" - Анастасия К., Карина Г., Вероника Х. и Виктория Д. под руководством педагога Юлии Алексеевны Грушиной провели флешмоб "Детская мечта".

С поставленной задачей наша группа "Апельсинок" справились на отлично. Флэшмоб раскрепостил ребят, поборол замкнутость и закомплексованность. Гости радостно двигались под музыку, испытывали яркие эмоции и без стеснения их проявляли.