

Руководитель – [Гаранина Ирина Юрьевна](#) .

Кабинет ☐ 17

В центре занимаются дети с 14 до 18 лет.

Программа занятий рассчитана на 2 года.

Тренер – [Гаранина Ирина Юрьевна](#) , администратор – Ковалева Светлана Юрьевна

Шейпинг – это комплексная система физического и духовного совершенствования человека. Его содержание определяется идеями стремления личности к красоте и гармонии, к счастью.

С 1993 года во Дворце работает "Шейпинг – центр" под руководством тренера Ирины Юрьевны Гараниной, которая в 1988 г. окончила Горьковский государственный педагогический институт им. М.Горького по специальности «Физическое воспитание», а в 1993 г. окончила курсы по шейпингу в Колледже Шейпинга г. Санкт-Петербург, получила квалификацию – тренер по шейпингу и лицензию на право преподавания и в 2003 году ей была присвоена высшая квалификационная категория, в 2008 году получила Гранд Губернатора Нижегородской области.

Награждена Грамотой министерства образования РФ в 2009 году.

Шейпинг-центр посещают занимающиеся от 10 до 60 лет, на тренировки многие приходят семьями.

Шейпинг зал оборудован необходимым инвентарем. Электронная, видео и компьютерная техника обеспечивает возможность проведения занятий по разным видам шейпинг-технологий. Это **шейпинг-классик, шейпинг-терапия (для женщин с заболеваниями спины, сердечно-сосудистой системы, ожирение 1 и 2 степени, кому за 50).**

Занимающиеся могут получить подробные консультации и программы по режимам тренировок и питания, создать свой неповторимый образ с помощью «Консультанта по фасонам».

Воспитанники Шейпинг-центра являются постоянными участниками конкурсов Международной федерации шейпинга "Пигмалион и Галатей" и многих районных и областных конкурсов.

[Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа шейпинг-центра «ПУТЬ К СОВЕРШЕНСТВУ» \(.pdf 522 Кб\)](#)

{morfeo 36}