

ЗАНЯТИЕ 2

«Тренажёры для укрепления здоровья» (Лыжный тренажёр)





Коль крепко дружишь ты со мной,

Настойчив в тренировках,

То будешь в холод, в дождь и зной

Выносливым и ловким.





SOCHI 2014



















Горнолыжный спорт



Хоккей



Фристайл



Конькобежный спорт



Биатлон



Сноубординг



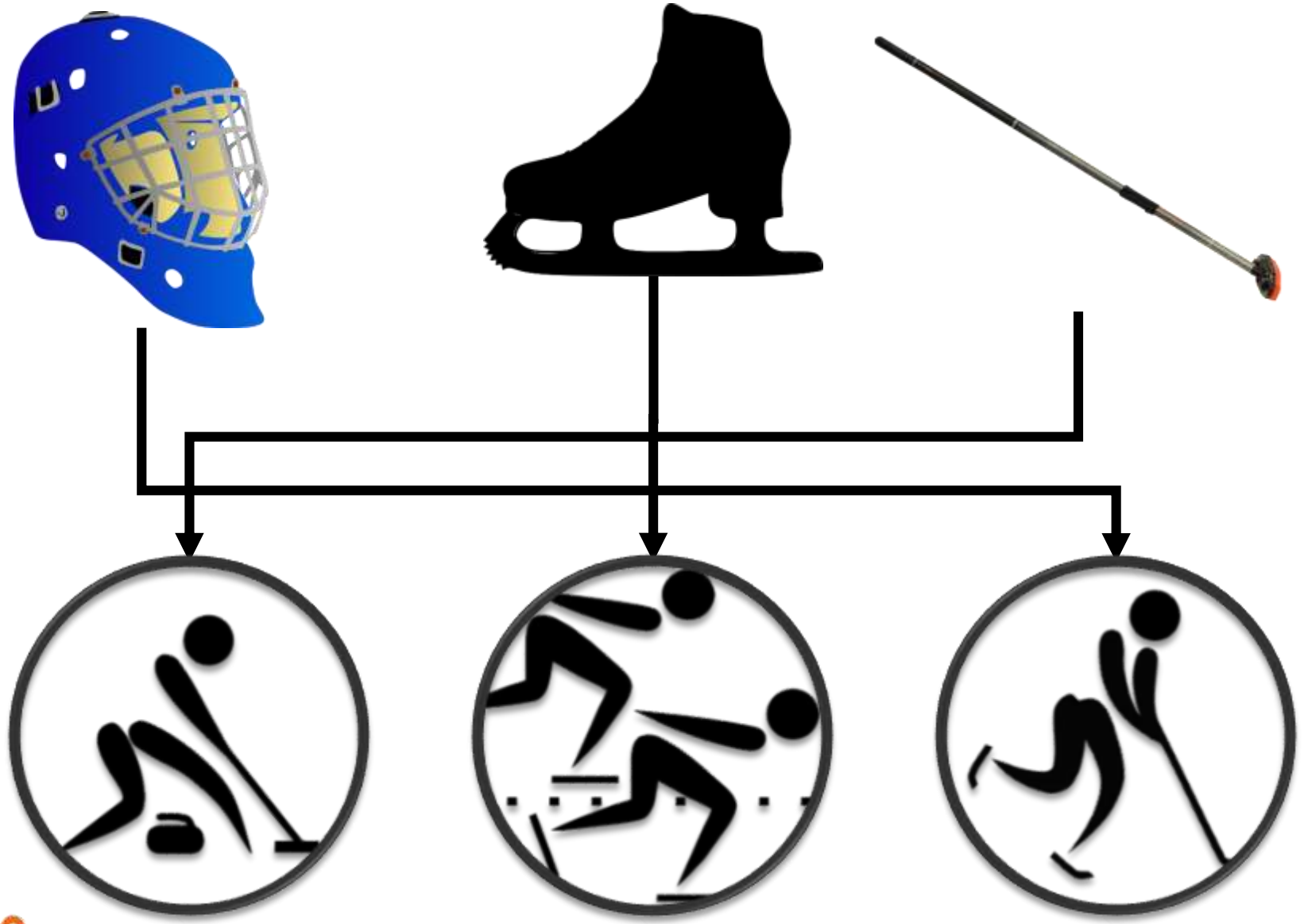
2014

Расположен на берегах
реки Мзымта и горных склонах к
югу от неё в Адлерском
районе Сочи



Горный курорт Роза Хутор,
Красная Поляна, Сочи.

















Эспандер – с его помощью лыжники тренируют мышцы плечевого пояса, рук и ног

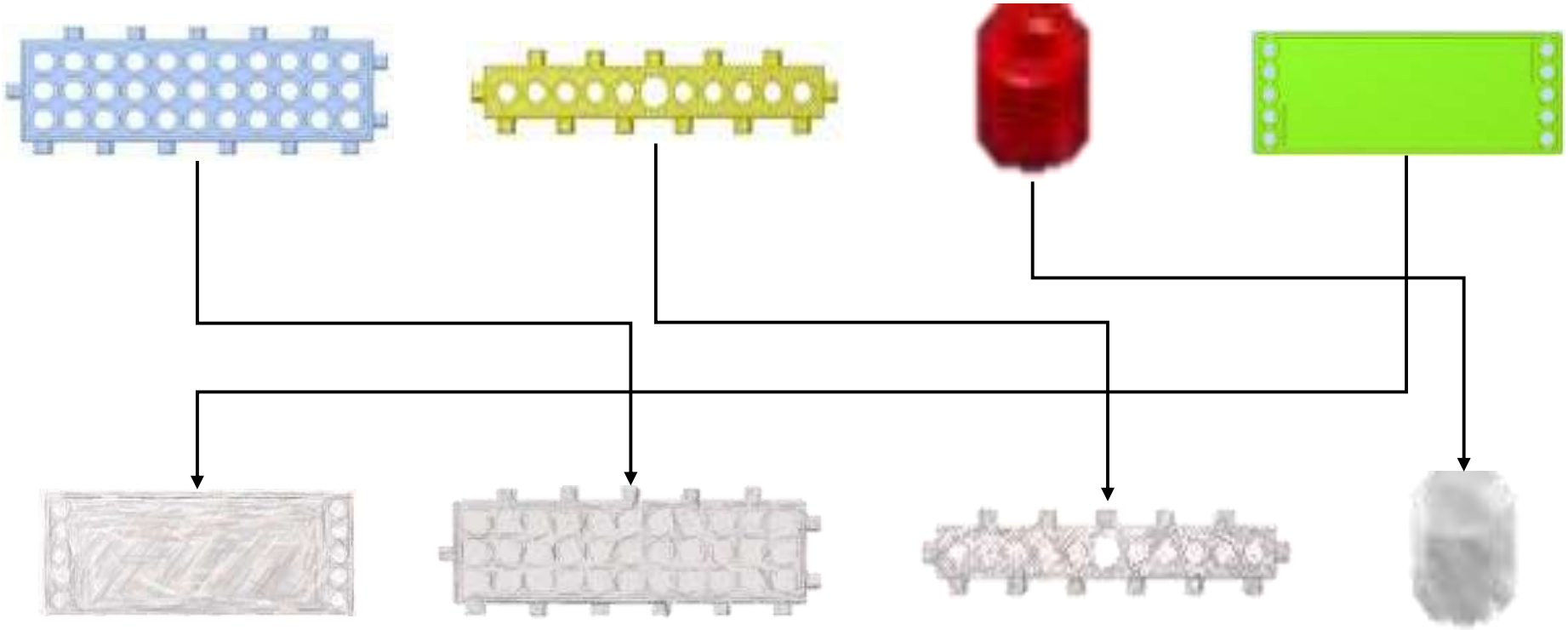


Топор и дрова - движения рук во время рубки дров полностью совпадают с отталкиванием лыжными палками.



Эллиптический тренажёр – позволяет эффективно и просто тренировать мышцы ног





Моторы постоянного тока (2 шт.)



Трекдуино



Динамик



Моторы постоянного тока (2 шт.)





Трекдуино

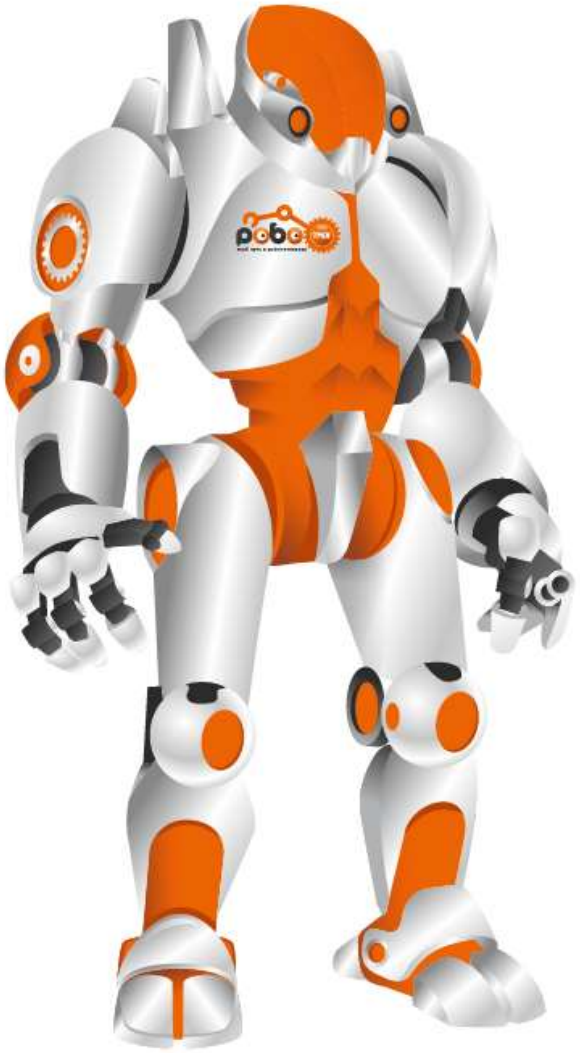


Динамик



Нейротрек





ДО ВСТРЕЧИ!
УДАЧИ!