



Програма

авторського курсу

«Інноваційні методи фізичного розвитку»

7 жовтня – 17 листопада 2024 р.

Програма авторського курсу

1	Історія виникнення Alfa Gravity	15 годин
2	Принципи роботи Alfa Gravity	20 годин
3	Діапазон використання Alfa Gravity	15 годин
4	Кінезіологічний ефект Alfa Gravity	15 годин
5	Beta Gravity для розширення можливостей тіла	15 годин
6	Психоемоційне розслаблення за допомогою поєднання тренажерів	15 годин
7	Петля Гліссона	15 годин
8	Витяжка тіла вниз головою	15 годин
9	Історія виникнення та філософія дошок Садху	15 годин
10	Різновиди та використання дошок Садху	15 годин
11	Поєднання Alfa Gravity та дошок Садху	15 годин
12	Індивідуальна консультативна робота	10 годин

Усього: 180 навчальних/робочих годин