

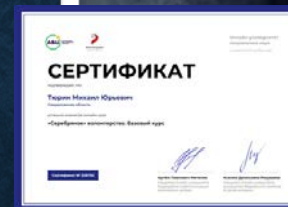


ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга»

ВОЛОНТЕРЫ ПРАКТИКИ



КЛУБ – «БИЛЬЯРД»
ТЮРИН МИХАИЛ ЮРЬЕВИЧ
25.08.1959



С молодости увлекается игрой в бильярд. Работал главным инженером в «Театре Юного Зрителя» и часто посещал клуб «Водолей» (любителей бильярда). В 2019 вышел на пенсию и стал участником клуба «Бильярд» в ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга.

С января 2021 года Михаил Юрьевич

- готовил обучающие материалы по игре в бильярд;
- обучал правильной технике игры;
- сформировал команды игроков по уровню подготовки;
- проводил совместный просмотр турниров;
- организовывал дружественные турниры между участниками клуба.

«Я не так чтобы уж очень сильный игрок, было мало практики, но интерес к этой игре, очень высок и сохраняется...»



ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга»

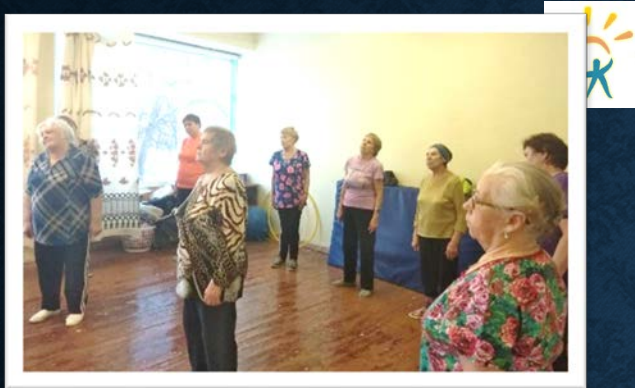
ВОЛОНТЕРЫ ПРАКТИКИ

КЛУБ – «ТЕННИС»
ТЯСИН СЕРГЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ
13.11.1956

В юности частенько играл с одноклассниками в настольный теннис. В 2019 году вышел на пенсию. Стал активистом клубного движения. Начал активно посещать клуб «Теннис» в ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга. Увлёкся теннисом сам и увлек им других. Сейчас под его руководством в теннис играют 31 участник клуба. Сергей Александрович не только расскажет об этой интересной игре, обучит как правильно держать ракетку и делать подачу, но и проведет турнир.



*«Настольный теннис я
очень люблю...»*



ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга»

ВОЛОНТЕРЫ ПРАКТИКИ

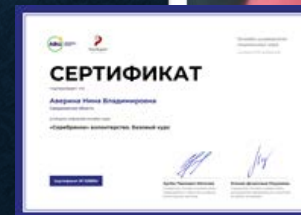
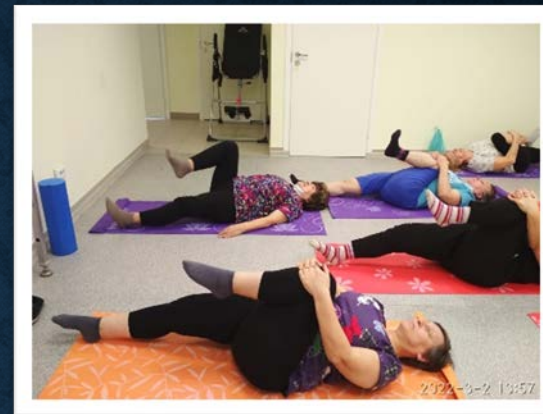
КЛУБ – «БАРС»

АВЕРИНА НИНА ВЛАДИМИРОВНА

01.07.1947

Аверина Нина Владимировна всегда увлекалась различными видами спорта, участвовала в соревнованиях туристической группы, сплавлялась по рекам. На базе комплексного центра Чкаловского района Нина Владимировна смогла раскрыть себя как руководитель – волонтер клуба дыхательной гимнастики.

- Прошла обучение по методике А. Н. Стрельниковой;
- Во время пандемии проводила занятия на открытом воздухе;
- Приобрела большой тренерский опыт по дыхательной гимнастике;
- Привлекла и обучила новых участников клуба.





ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга» ВОЛОНТЕРЫ ПРАКТИКИ



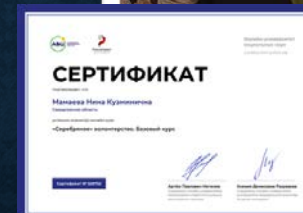
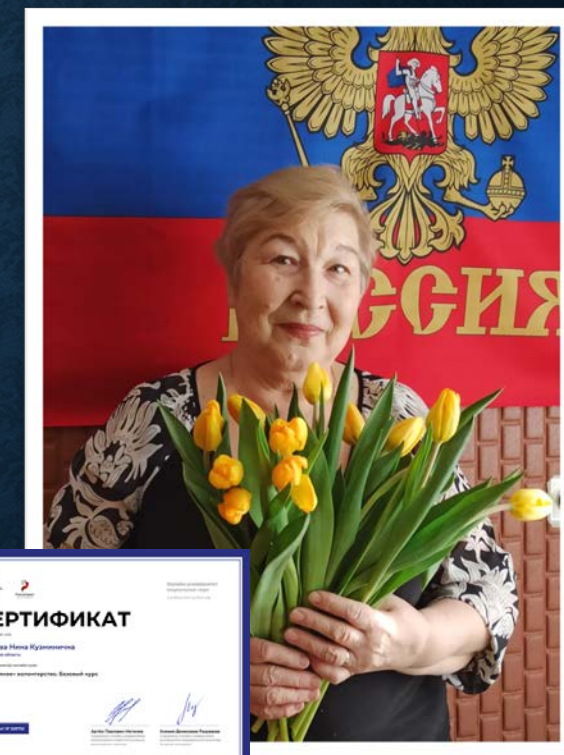
КЛУБ – «БОУЛИНГ» МАМАЕВА НИНА КУЗЬМИНИЧНА 01.07.1947



Большую часть жизни Нина Кузьминична проработала на заводе Химмаш в конструкторском отделе, получила инвалидность. После того, как вышла на пенсию обратилась в комплексный центр Чкаловского района, желая найти себе досуг и вести активный образ жизни. Так открыла для себя новое увлечение – боулинг.

В центре социального обслуживания Чкаловского района под руководством куратора клуба «Боулинг» Нина Кузьминична стала активным волонтером - преподавателем, прошла обучение и возглавила работу клуба «Боулинг».

- Обучила участников клуба техниками и видам бросков;
- Подготовила инструктаж по технике безопасности;
- Сформировала команды и провела дружеские соревнования между клубами;



« Самое главное правило в этой игре — быть терпеливым, ведь всё чему стоит учиться , требует времени и желания»



ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга»

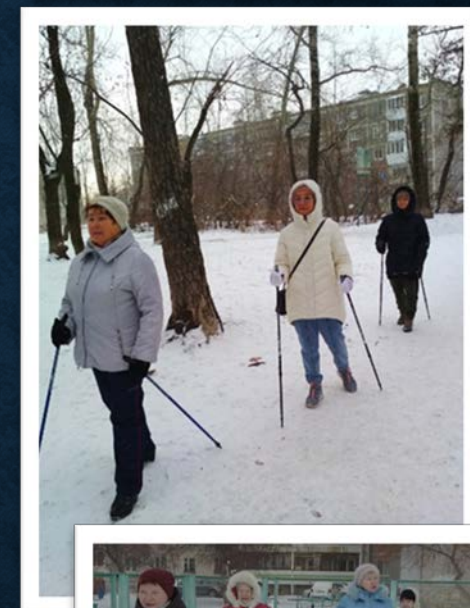
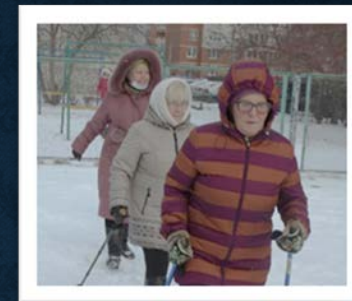
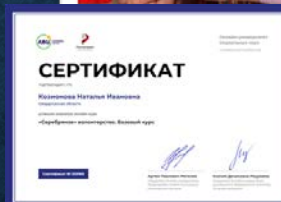
ВОЛОНТЕРЫ ПРАКТИКИ

КЛУБ – «Скандинавская ходьба»
КОЗИОНОВА НАТАЛЬЯ ИВАНОВНА
10.03.1950

Наталья Ивановна о скандинавской ходьбе знает все, так как с 2014г. занимается этим видом спорта, познакомилась с техникой в клубе «Скандинавская ходьба» в комплексном центре социального обслуживания Чкаловского района.

Изначально, она искала для себя и своих заболевших суставов именно такую физическую нагрузку, которая не навредит, а поможет восстановиться. А сейчас овладев техникой, наработав опыт, с радостью делится с другими.

Наталья Ивановна, обучает технике северной ходьбы и вовлекает в движение в первую очередь пенсионеров — людей с ослабленным здоровьем.



Скандинавская ходьба - идеальный вид фитнеса для всех возрастов и любого уровня подготовки.



ГАУ «КЦСОН Чкаловского района г. Екатеринбурга»

ВОЛОНТЕРЫ ПРАКТИКИ

КЛУБ – «ЗОЖ»

Матвеева Алевтина Никандровна

05.03.1947 г.

Алевтина Никандровна с молодости увлекалась различными видами спорта — лыжная секция, баскетбольная секция, велосипедные гонки, туристические походы. На базе комплексного центра Чкаловского района стала посещать клуб «ЗОЖ» с 2021 года. Алевтина Никандровна быстро влилась в коллектив и освоила комплекс упражнений и возглавила этот клуб.

Сегодня она самостоятельно проводит для всех участников клуба занятия, в которые входит разминка для позвоночника, комплекс упражнений для тазобедренных суставов, упражнения для плечевых суставов и другие.

Она с удовольствием знакомит с гимнастикой и здоровым образом жизни других пенсионеров.

