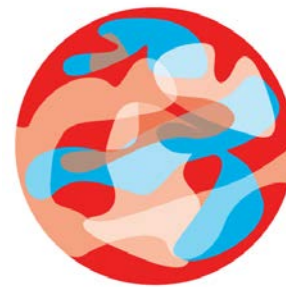


Проект «Поддержать родителей- значит поддержать наших детей!»

У кого я могу получить совет по вопросам воспитания моих детей? Кто проинформирует меня о системе школьного образования Германии? Где в моём городе я могу встретиться и пообщаться по волнующим меня темам с другими родителями? И где поблизости от меня расположены интереснейшие и увлекательные места, которые я могу посетить вместе с моими детьми?



Netzwerke für
Bildungspartner e.V.

Принимая участие в нашем проекте вы сможете получить ответы на эти и многие другие важные вопросы.

Встречи родителей происходят каждую субботу и воскресенье. Мама, папы, бабушки и дедушки обсуждают вместе различные и интересные темы, касающиеся воспитания детей, отношений в семье, здоровья, питания, проведения досуга, здорового образа жизни, роли средств массовой информации в воспитании и образовании детей и опасности в интернете.

Кроме того в рамках проекта организовываются при активном участии родителей совместные мероприятия для детей, родителей и учителей, театральные представления и игровые праздники. Одним из ярких событий был день приготовления мант с последующим их поеданием, организованный самими родителями.

А 30 июня, суббота, уже запланирован большой Flohmarkt в помещении Jugendhaus M9 Stuttgart-Mönchfeld и вокруг него. Приглашаются все желающие поучаствовать как в продаже своих сокровищ, так и в приобретении новых. Регистрируйтесь уже сейчас!

В субботу 31 марта мы приглашаем взрослых на танцевальную вечеринку «День смеха» в Bürgerhaus, Auricher Str.34 A, Stuttgart-Rot.

В рамках проекта начали работу интересные группы и кружки. **В марте-апреле желающих, независимо от пола и возраста, учим ходить по подиуму, самые смелые смогут поучаствовать в показе мод на большой сцене.** Регистрация уже идет! Так как тема здорового образа жизни для многих становится все важнее, у нас сразу несколько предложений: по субботам группа родителей с 10 до 11 часов занимается бегом, в 13.30 на занятиях аэробики приобретают голливудскую фигуру не только мамы, но и папы.

В 12.30 обучаются системе самозащиты не только папы, но и очень охотно мамы, тети и сестры. Об этом сегодня подробнее

Присоединяйтесь к нам!!!

«Жизнь в движении»

рассказала Татьяна Савенкова

Сегодня мы поведем разговор о **Системе**. Что же это такое «Система» и отчего нам важно поведать о ней остальным? Прежде всего, Система - достаточно древний, что подтверждают многочисленные источники, порядком забытый, и вновь открытый для изучения вид **традиционных русских единоборств**. Сегодня довольно сложно сказать, когда именно возникла Система как знание, как философия движения, и сколько уже поколений успешно ее применяли. Судить можно лишь по тому, что Россия, не смотря на все многочисленные войны по защите своих огромнейших территорий, и сейчас занимает 6-тую часть суши. Это и есть самое наглядное доказательство того, что Система, как воинское искусство, успешно применялась нашими Предками на протяжении многих тысячелетий.

В современном мире существует огромное количество разнообразных направлений боевых искусств, что дает возможность каждому человеку найти именно то, что ему больше подходит.

Отчего же мы для себя выбираем именно Систему? Главной особенностью Системы является естественность поз, движений, приемов, внутреннего состояния и как результат - высокая её эффективность в практическом применении. Данное направление подходит как для сильных крепких мужчин, так и для прекрасных хрупких дам. Возраст при этом не имеет существенного значения. Можно смело утверждать, что **Система** абсолютно универсальна.

Система – это не только спорт, это еще и философия: движения, отношения к жизни и смерти, к своему телу, окружающему миру. Однако, чтобы открыть для себя многие прописные истины, нет необходимости садиться в позу Лотоса – это и не удобно и не привычно европейскому человеку. Естественность – вот ключевое понятие **Системы**. Именно поэтому она привлекает такое большое количество людей. Школы **Системы** есть в Америке и Канаде (известная школа Владимира Васильева в Торонто), в России (в Москве) **Систему** преподаёт её основатель в современном виде - Михаил Рябко. Школы существуют и в Западной Европе, на Дальнем Востоке – Японии и Китае, в Австралии и Новой Зеландии и даже на юге Африки в Южноафриканской республике. А здесь, на немецкой земле, своими знаниями делится **выпускник канадской школы** Владимира Васильева **Сергей Савин**.

После нескольких тренировок, проведенных в КОЛОБКЕ в рамках проекта для родителей, мы спросили участников о полученных впечатлениях после наших занятий.

***Ольга:** Я занималась спортом давно, в студенческие годы. Пришла в группу Системы, чтобы поддерживать физическую форму и просто для настроения, для общения. Процесс тренировки разноплановый: мы выполняем и упражнения для поддержания мышц в тонусе, учимся приемам самообороны, и в то же время, постигаем философию движения, учимся владеть своим телом. Меня удивило, что, не обладая какой-то большой физической силой, после нескольких занятий я уже смогла положить на пол «агрессора». Движения простые и естественные, мы не заучиваем специальные позиции, мы учимся, чтобы наше тело реагировало естественным образом в любой ситуации. Это необходимые навыки самообороны, и очень важные для женщин. Здесь понимаешь, что не в силе дело. Дело в тех секретах, которые мы узнаем от своего тренера.*

***Алексей:** До занятия Системой я прошел многие известные школы восточных единоборств, занимался с детства. И столько травм у меня было, разной тяжести. К 30 годам я уже решил распрощаться со спортом – здоровье не позволяло заниматься, как раньше: несколько переломов, выбитые суставы и костяшки. Но сейчас в нужный момент я пришел на занятия Системой. Поразило кардинальное отличие от того, чем я занимался раньше. Оказывается, чтобы положить противника «на лопатки», не нужно вставать в позы, не нужно напрягаться, не нужно бороться и противоборствовать, а нужно... расслабиться. Парадоксально, но это работает. И в таком режиме я могу заниматься любимым спортом, быть в хорошей физической форме и продолжать свое развитие. Я чувствую свое тело гибким и легким.*

Меньше слов – больше дела, приходите на наши тренировки и сами убедитесь в истинности всего вышесказанного! Добро пожаловать в Систему!

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В КОЛОБОК !!!

www.kolobok-ev.de 0178-5011755

