

Plavání zdravotní

FST KTS/PL-ZD ZS/LS 0+2 HOD/TYD
Vodrážka Ondřej

Je vhodnou rehabilitační činností po úrazech a onemocněních pohybového aparátu (na doporučení lékaře). Obsahová náplň výuky je volena tak, aby příznivě ovlivňovala činnost pohybového aparátu, systému termoregulačního, srdečně cévního a dýchacího. Umožňuje individuální přístup ke studentům a přiměřené dávkování zátěže organismu.

