

## ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА



**Тренер Сударева Надежда Ивановна**

Мастер спорта, Отличник физической культуры и спорта, Судья Всероссийской категории

**приглашает всех желающих мальчиков и девочек 1999г.р. и старше.**

График работы: понедельник, пятница - 17.30 сбор у школы №39

Секция по легкой атлетики в городском пос.им.Воровского начала свою работу еще в 70 годы и успешно развивается в наше время.

Легкая атлетика – один из самых популярных видов спорта, если не сказать больше. Ведь в широких кругах любителей спорта она носит титул – Королева спорта.

Основой легкой атлетики являются естественные движения человека. Занятия легкой атлетикой способствуют всестороннему физическому развитию, укреплению здоровья людей. Популярность и массовость легкой атлетики объясняются общедоступностью и большим разнообразием легкоатлетических упражнений, простотой техники выполнения, возможностью варьировать нагрузку и проводить занятия в любое время года не только на спортивных площадках, но и в естественных условиях.