

В спортивной школе при Храме Димитрия Донского открывается секция русского бильярда

07.12.2015

К бильярду порой относятся как к элитарному и даже претенциозному виду проведения досуга, однако далеко не все знают, что игра в бильярд приносит немалую пользу здоровью. Не давая большой физической нагрузки, бильярд требует от игрока постоянно находиться на ногах и перемещаться вокруг стола в спокойном темпе, что равносильно длительной размеренной прогулке. Во время игры умеренную нагрузку и тренировку получает большинство мышц и суставов спины, рук и ног. Кроме того, бильярд способствует укреплению зрения, так как постоянное прицеливание стимулирует работу глазных мышц. Также игра прекрасно снимает нервное напряжение и приучает игрока к терпению и принятию взвешенных решений.

Занятия бильярдом полезны и интересны не только взрослым, но и детям, поэтому мы приглашаем в нашу секцию как опытных, так и юных игроков.

Руководитель секции – тренер-преподаватель с многолетним стажем Станислав Андреевич Антоненко.

Подробную информацию о графике занятий и записи в секцию, а также сведения об истории игры можно найти на страничке «Русский бильярд» в разделе «Спортивная школа».

Адрес страницы: <http://sevbutovo.mos.ru/presscenter/news/detail/2353786.html>

[Управа района Северное Бутово](#)