



Основан в 1967г.

Региональная общественная организация **Тюменский атлетический клуб Антей** – это самый старый клуб России, основанный в 1967 году Заслуженным тренером России – **Евгением Исидоровичем Колтуном**.

Клуб Антей имеет площадь 630 кв.м. и предлагает одну единственную услугу – занятия в тренажерном зале. За более чем полвека Антей воспитал 11 мастеров спорта Международного класса, 3-е из которых имеют высшее спортивное звание – ЗМС по бодибилдингу, десятки мастеров спорта и победителей всероссийских турниров, тысячи тюменцев повысили уровень своего здоровья и красоту тела в стенах клуба.

Антей работает с различными категориями населения: дети среднего и старшего школьного возраста, представители старшего поколения, беременные и женщины, желающие восстановиться после родов, жители города желающие восстановиться после травм и восстановить свой уровень физической культуры после болезней и оперативных вмешательств.



2020 год стал годом пандемии для всего человечества.

Коронавирусная инфекция не обошла стороной тренерский состав и членов клуба. Мы заметили, что люди, переболевшие COVID-19, но нашедшие в себе силы вернуться в тренажерный зал, быстрее восстанавливались и справились с последствиями в отличие от тех, кто этого не сделал.

Благодаря этим наблюдениям была разработана методика по восстановлению двигательной активности для жителей региона перенесших коронавирус – программа “СТОП КОВИД 19”.

Опираясь на свой многолетний опыт реализации социальных программ и взяв на себя ответственность, клуб Антей обратился с инициативой за поддержкой в реализации программы к Департаменту физической культуры и дополнительного образования Тюменской области.



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области



Основан в 1967г.



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



Задачи программы:

- ✓ Восстановление иммунной защиты здоровья жителей региона;
- ✓ Снижение уровня постковидных осложнений;
- ✓ Восстановление двигательной активности населения;
- ✓ Снятие психологического напряжения, вызванного перенесенным заболеванием, восстановление психоэмоционального состояния;
- ✓ Сократить риски повторного заражения Covid – 19 жителями региона;
- ✓ Профилактика короносомнии;
- ✓ Повышение количества регулярно занимающихся физической культурой в регионе.



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



Программа “СТОП COVID-19” является бесплатной программой для всех жителей региона, для участия в проекте достаточно предъявить справку о перенесенном заболевании.

Занятия проходят в мини-группах по 5 человек 3 раза в неделю в течении месяца для каждого участника.

Занятия проводят 7 инструкторов клуба с высшим физкультурным образованием.



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

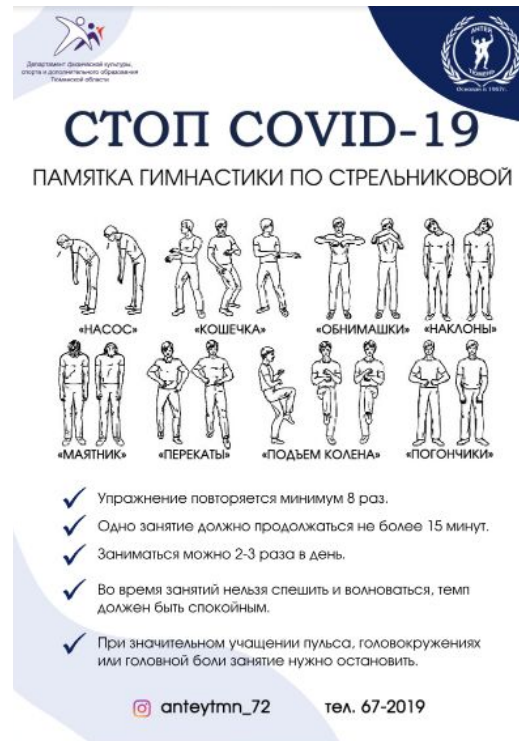
СТОП COVID-19



Программа 1 занятия включает в себя:

- дыхательная гимнастика по Стрельниковой;
- адекватные силовые нагрузки;
- упражнения на растяжку.

Каждый участник получает памятку с основным комплексом «гимнастики Стрельниковой» в удобном формате – магнита →





Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



Статистика программы на сегодняшний день:

Старт программы: 10 января

402 человека приняло участие

80% - женщины

20% - мужчины

Самому **старшему** участнику – 85 лет

Самому **молодому** – 15 лет

100% участников отметили **улучшение самочувствия**

*Количество повторных заражений среди участников
на данный период не обнаружено*





Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



25%

продолжили занятия
по месту жительства



49%

продолжили занятия
в клубе

79%

не тренировались

100%



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



Таким образом, смеем предположить, что в том числе благодаря программе “СТОП COVID-19” количество систематически занимающихся физической культурой в регионе повысится в 2021 году.

Принимая во внимание загруженный и нестабильный график врачей и мед. персонала, в рамках проекта предоставлены индивидуальные условия для сотрудников мед. учреждений, перенесших ковид – мы предлагаем им объединяться в группы по 5 человек самостоятельно и в удобное для них время предоставляем инструктора.


ОТЗЫВЫ



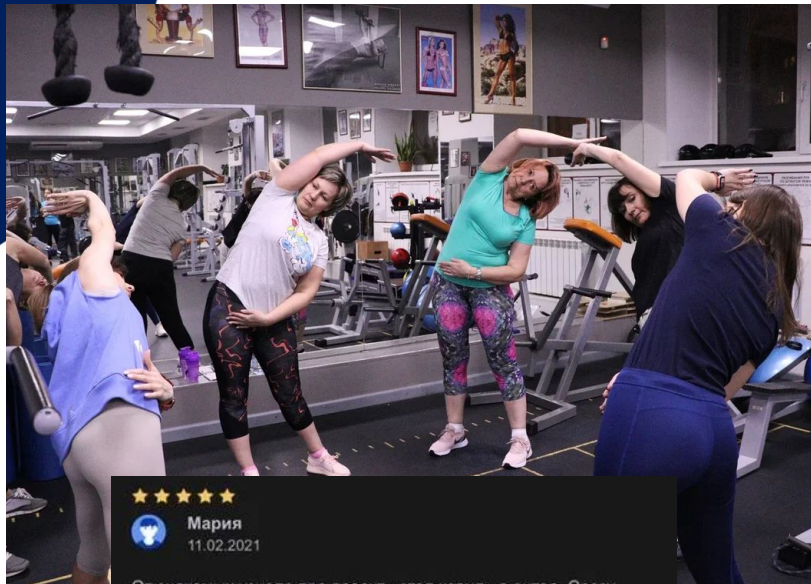
Татьяна Лоскутова
21.02.2021

Огромное спасибо руководству клуба за организацию социального проекта "СТОП-COVID". Отдельное спасибо моему тренеру Ивану Яковлеву, очень внимательный, грамотный, нагрузку каждому подбирает индивидуально. Состояние мое заметно улучшилось, и это все бесплатно, что особенно приятно! Обстановка в клубе доброжелательная, ВСЁ ОЧЕНЬ ПОНРАВИЛОСЬ! ОГРОМНОЕ СПАСИБО!



Ольга Колокольникова
Хочется сказать спасибо за тренировки нашему тренеру Яковлеву Ивану, я участвовала в проекте, очень понравилось! Ещё раз большое вам спасибо!
сегодня в 11:09 Ответить  1

ОТЗЫВЫ



Мария

11.02.2021

От знакомых узнала про проект «стоп ковид» в антее. Сразу заинтересовалась, так как были осложнения после вируса. Никогда бы не подумала, что можно пройти курс реабилитации совершенно бесплатно. За короткий срок я заметила, что дышать стало легче, а суставы не болят. А в конце месяца каждому участнику проекта выдали магниты с упражнениями дыхательной гимнастики, которые я теперь буду выполнять каждый день и не забывать. Огромная благодарность персоналу, в частности тренерам, которые были с нами весь месяц.



Илья Попов

11.02.2021

Хочу выразить благодарность руководству клуба за организацию социального проекта "СТОП-COVID", при помощи которого у людей переболевших этой новой разновидностью вируса, есть реальная возможность пройти курс реабилитации здоровья по средствам дозированной физической тренировки и дыхательной гимнастики, что заметно улучшает самочувствие, могу с уверенностью заявить на собственном опыте. А самое важное, что месяц тренировок абсолютно бесплатно. Отдельно хочу отметить грамотный и профессиональный подход к работе тренерского состава, в частности Благодарность Яковлеву Ивану под руководством которого провёл большинство занятий.



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



Проект получил широкую огласку в СМИ благодаря поддержке департамента и работе его пресс-службы, а на 3-й день реализации региональный проект «СТОП COVID-19» вошел в топ-5 новостей в поисковой системе Яндекс среди новостей Всероссийского поиска.

Мы зарегистрировали высокий интерес к проекту и от представителей других регионов.

Совместная реализация программы «СТОП COVID-19» Департамента по спорту Тюменской области и клуба «АНТЕЙ» помогает жителям вернуться к физической и социальной активности, защищает здоровье, а также снижает уровень осложнений и помогает бороться с бессонницей (коронасомнией) после перенесенной инфекции в Тюменском регионе.



Департамент физической культуры,
спорта и дополнительного образования
Тюменской области

СТОП COVID-19



Гаврилова Ольга -
исполнительный директор
атлетического клуба "Антей"

Пандемия 2020 года – это проблема всего мира, она несомненно внесла коррективы в повседневную жизнь и изменила нас, а также обратила всеобщее внимание на ценность жизни и здоровье человека. И лишь объединившись в создании доступных условий для восстановления и поддержания самого ценного, что у нас есть, человечество получит высокие результаты во всех сферах деятельности.

Статистика в презентации
приведена на день ее создания – 17.05.2021