

Отзыв о занятиях в клубе «Танцуют все».г.Электрогорск.

Самофалова Любовь .56 лет.

Занимаюсь в клубе 4 месяца.

Пришла на занятия по совету врача.(проблемы с позвоночником).

Надеялась научиться упражнениям на растяжение позвоночника ,мышц и суставов всего тела.

На занятиях Наталья Михайловна учит нас необходимым упражнениям ,танцевальным движениям. Индийские танцы помогают сосредоточиться на управлении своим телом .у меня улучшилась гибкость ,пластичность ,выносливость во всём теле.

Я получаю огромное удовольствие и радость от занятий упражнениями и танцами , забываю про свои болячки.

В следующем году надеюсь и дальше заниматься индийскими танцами. Это увлекательно и способствует общему позитивному настрою познавать новое и получать радость от жизни.