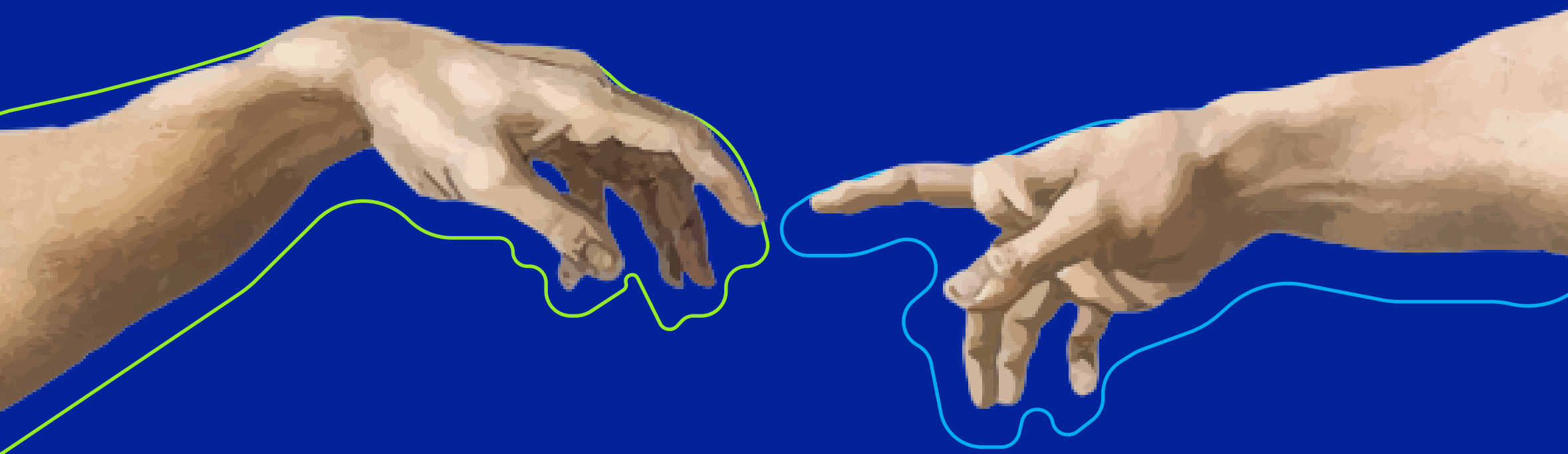


28.04.22

ДАЙДЖЕСТ

для спортсменов и их родителей

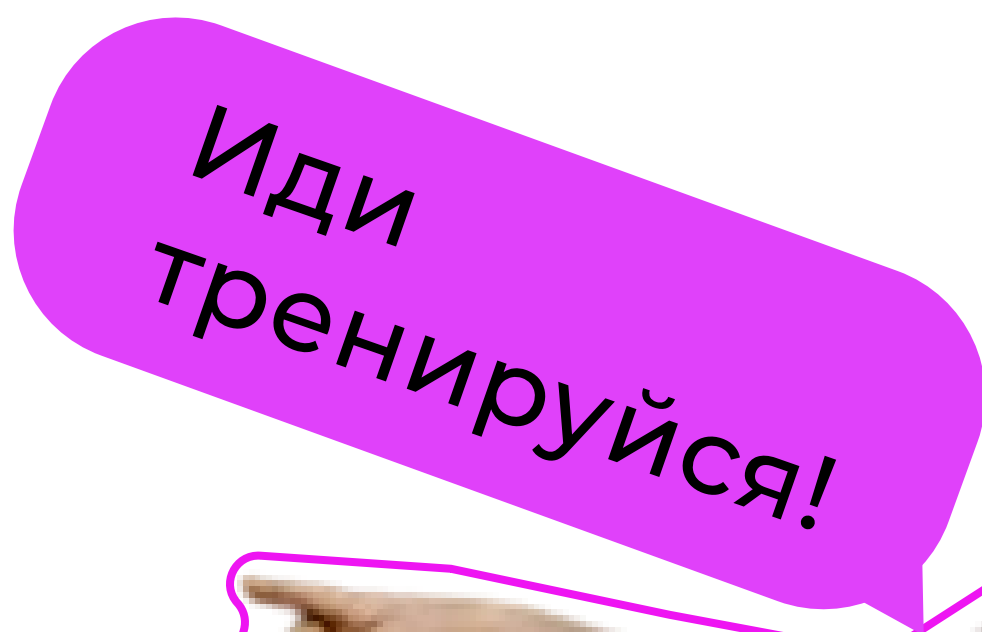
Выпуск №3



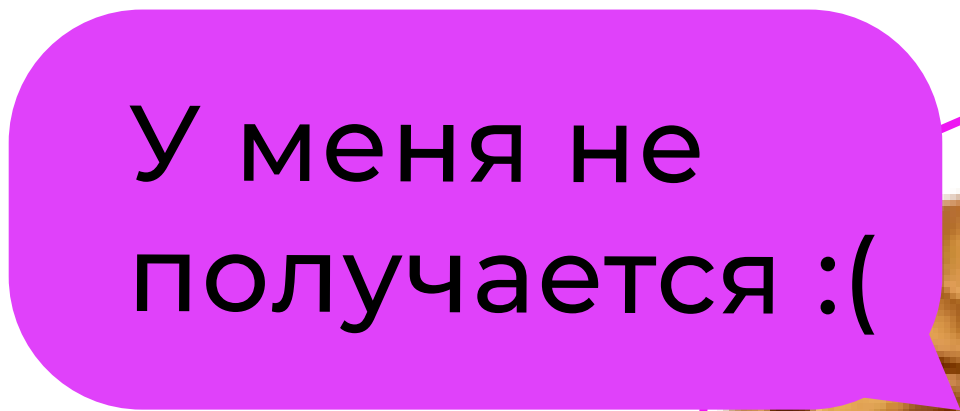
Привет!

Сегодня поговорим о том, как стать ближе к вашему... тренеру! Ведь именно благодаря ему спортсмен добивается успеха.

Только опытный наставник может провести по тернистому пути от юниора до профессионального спортсмена!

A woman with blonde hair, wearing a white top, is pointing her right hand towards a man. A purple speech bubble originates from her, containing the text "Иди тренируйся!". The man is in the foreground, looking down with a thoughtful or frustrated expression.

Иди тренируйся!

A man with dark hair and a beard, wearing a dark blue tank top, is looking down. A purple speech bubble originates from him, containing the text "У меня не получается :(".

У меня не получается :(



СУЩЕСТВУЕТ ПРОСТАЯ ФОРМУЛА

Спортсмен +
тренер =
команда на
пути к успеху!

Другими словами, —
подружитесь с тренером!
Рассказываем, как это
сделать →

Как подружиться с тренером?

Главное, слушайте его замечания внимательно! Комментарии нужно запомнить и на следующей тренировке исправить ошибки.

Сложно? Боитесь, что обязательно что-то забудете?



Вот так!

Для того, чтобы ничего не забыть существует приложение **МОЙ СПОРТ!**

Всего несколько шагов!

1

Читайте комментарии и тренируйтесь дома. Тренеры оставляют комментарии в каждой тренировке.

2

Смотрите фото и видео! Медиа помогут увидеть себя со стороны и скорректировать технику выполнения упражнений.

3

Демонстрируйте прогресс на тренировке.

И главное!

Благодарите тренера
за проявленное внимание,
терпение и профессионализм.

Ваш успех — работа для
тренера. Что мотивирует
профессионала? Конечно,
отдача! Заинтересованность,
вовлеченность
и старательность спортсмена
будут вдохновлять тренера,
а тренер будет вдохновлять
вас.





До новых выпусков!

*С уважением,
команда «Мой спорт»*