Программа фестиваля «Спорт для всех» - 2025

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Образовательный блок для специалистов ОНЛАЙН | 29 августа, пятница** | | | |
| 1 | 14:00 - 14:05 | Вступительная речь | **Юлия Сергеевна Аристова,**  руководитель проектной деятельности СРБОО "Вместе ради жизни" | |
| 2 | 14:05 - 14:30 | Движение – жизнь: как физическая активность помогает в лечении и реабилитации онкозаболеваний | **Алиса Владиславовна Чернядьева,**  врач физической и реабилитационной медицины, врач ЛФК и спортивной медицины, заведующая отделением реабилитации Свердловского областного онкологического диспансера | |
| 3 | 14:30 - 15:00 | Занятия физкультурой и спортом при остеопорозе | **Наталья Алексеевна Гусева,**  врач ЛФК и спортивной медицины, диетолог Медицинского научного Центра Роспотребнадзора | |
| 4 | 15:00 - 15:30 | «Опасная» скандинавская ходьба? | **Владимир Михайлович Рыжкин,**  главный внештатный специалист по физиотерапии и реабилитации Министерства здравоохранения Свердловской области, заведующий физиотерапевтическим отделением ОКБ №1 | |
| 5 | 15:30 - 16:00 | Современные тенденции в подборе инвентаря и экипировки для северной (скандинавской) ходьбы | **Денис Шайдуллин,**  чемпион Евразии по Nordic Walking. амбассадор силовой и скандинавской ходьбы, основатель проекта Nordic Pro | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Основной блок ОЧНО| 31 августа, воскресенье** | | | |
| 1 | 10:00 - 10:50 | Здоровая спина Утренняя суставная гимнастика | **Екатерина Косарева,**  врач, инструктор АФК СРБОО «Вместе ради жизни» |
| 2 | 11:00 - 11:50 | Оздоровительная гимнастика Тай-чи | **Вероника Губотенко,**  Центр оздоровительных практик «Восточный стиль» |
| 3 | 12:00 - 12:50 | Мастер-класс по технике северной (скандинавской) ходьбы | **Черныш Дмитрий,**  обладатель международных сертификатов инструктора по скандинавской ходьбе ONWF и INWA, а также школы Nordic Health |
| 4 | 13:00 - 13:15 | **Показательное выступление** от Центра оздоровительных практик «Восточный стиль» | |
| 5 | 13.30 – 15.00 | **Пешеходная кругосветка** (ходьба, ходьба с палками):  **- масс-старт на 2 км** (Ельцин центр – Набережная Рабочей молодежи – Плотинка – Ротонда у Дома Севастьяновых – Набережная Рабочей молодежи – Ельцин центр)  - **масс-старт на 4 км** (Ельцин центр – Макаровский мост – Олимпийская набережная – Динамо – ул. Горького – Плотинка - Набережная Рабочей молодежи – Ельцин центр) | |
| 6 | 15:00 - 15:30 | Вручение сертификатов | |