

## Открытые тренировки по армрестлингу подходят к концу



28 ноября в рамках Студенческого спортивного фестиваля "Так-то спорт" состоялась последняя открытая тренировка по армрестлингу, в рамках которой среди участников прошли соревнования

На протяжении ноября успело пройти уже 2 открытых тренировок по армрестлингу. В рамках тренировок студенты узнали об истории армрестлинга, его правилах, технике выполнения приемов, и, самое главное, о важности правильной постановки рук и тела. Помимо этого новички узнали о возможных стратегиях ведения боя.

Под руководством опытных наставников новички пробовали свои силы в парных поединках, получая ценные советы и рекомендации. А на последней тренировки студенты смогли показать все то, чему они научились ранее, так как завершилась серия открытых тренировок товарищескими соревнованиями. Ребята соревновались друг с другом в 2х весовых категориях. Призеры и победитель соревнований не остались без подарков.

Несмотря на соревновательный дух, атмосфера в зале была дружелюбной и поддерживающей, что позволило каждому участнику почувствовать себя частью команды.

[#РосмолодёжьГранты](#)[#Росмолодёжь](#)

