

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия №  
8 им. академика Н.Н. Боголюбова г. Дубны Московской области**

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
от «01» 06 2023г.  
Протокол № 9



**Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Фитнес для начинающих»  
(стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 7-17 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Паршина Ольга Владимировна,  
учитель

г. Дубна, 2023