

Цель программы - воспитание физически и нравственно здорового подрастающего поколения. Приобщение подростков к здоровому образу жизни, через освоение техник тяжелой атлетики.

Отличительной чертой данной программы является еще и то, что в процессе обучения по данной программе дается не только последовательное овладение техническими приемами тяжелой атлетики, но и усвоение обучающимися навыков судейской практики.