



Тренировки, мастер-классы и семинары

Как проходит подготовка участниц конкурса красоты к финальному шоу: неделя вторая

Для шестнадцати девушек, которые борются за звание «Миссис Арамилль – 2024», в кафе «Домашняя кухня» прошёл мастер-класс по изготовлению сережек в технике

макраме от Майи Уткиной. Медитативный процесс завязывания узелков и компания прекрасных женщин – это именно то, что нужно после трудового дня. Кто-то вспомнил давно забытый навык, а кто-то плел впервые. Справились все: каждая участница ушла с парой сережек, а кто-то успел сплести себе две пары.

– *Изделия ручной работы – уникальное произведение. И носить изделия, созданные своими руками, – это здорово!* – считают организаторы проекта.

Практикум «Миссис Эффективность» прошёл для участниц городского конкурса красоты, ведь у каждой из наших претенденток на

звание «Миссис Арамилль» – насыщенная и разнообразная жизнь, множество интересов и обязанностей, у многих есть свой бизнес, у некоторых – хозяйство, у всех – дети, которые неосознанно в той или иной мере копируют то, что видят в своих родителях. А «Эффективность» – это возможность сделать все необходимое и полезное, чтобы хватило времени и сил на интересное и приятное, в том числе на активное и плодотворное участие в проекте!

На практикуме с опытным специалистом в области нейролингвистического программирования, создателем сообщества НДП «Техник», девушки разобрали ряд вопросов и сделали несколько практик, что позволило участницам лучше узнать не только друг друга, а еще и самих себя. Во время практикума сертифицированный НЛП-техник Татьяна Зорькина познакомила девушек с базовыми принципами нейролингвистического программирования. По итогу практикума каждая из участниц согласилась с тем, что НЛП – это возможность улучшить и упростить свою жизнь и жизнь своих близких в разных сферах и вышла из зала с конкретными инструментами для личного использования и с обновленным взглядом на свою жизнь.

Будни участниц конкурса красоты проходят не только полезно, но и активно. «Миссис» посетили силовое групповое занятие в фитнес-

центре «Графит». С опытным тренером и руководителем ФЦ Еленой Викторовной Шарковой девушки поработали на все группы мышц, познакомились с различным оборудованием. Круговая тренировка прошла в особой дружеской атмосфере и энергичном ритме. Участницы поочередно выполняли упражнения по кругу за определенный промежуток времени с минимальным отдыхом. Все получили заряд бодрости, хорошее настроение и, конечно же, пользу для фигуры и здоровья.

– *Конкурсантки очень активные, позитивные и старательные. Получилась душевная тренировка, а также полезная и познавательная. Так как участницы задавали много различных вопросов после тренировки, видно было, что им очень интересно, – отметили в фитнес-центре.*

Тем временем – помимо мастер-классов, тренировок и семинаров – наши конкурсантки активно готовятся к финалу. Регулярные занятия по дефиле под руководством Надежды Князевой – неотъемлемая часть проекта. Участницы осваивают подиумный шаг, готовят «визитки» – небольшие рассказы о себе, учатся уверенно держаться на сцене, чтобы удивить и порадовать зрителей настоящим шоу на финале городского конкурса красоты, который пройдет этой весной во Дворце культуры города Арамилль.

Фото: Юрий Усольцев



Алло! Мы ищем тебя! На производственное предприятие в г. Арамилль

ИЩЕМ: - ученика оператора экструзионной линии;
- оператора станка по производству пакетов

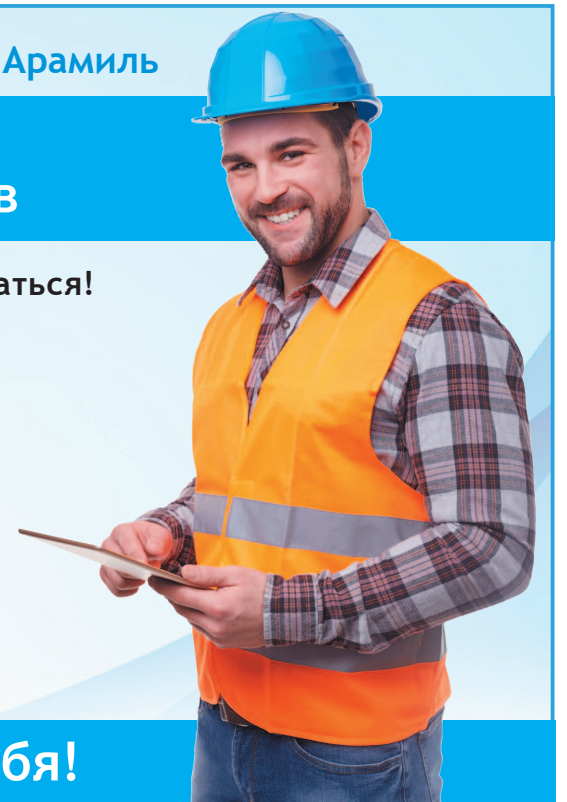
Берем без опыта, всему научим. С тебя - желание работать, зарабатывать и развиваться!

Что делать:
- Обучение и работа на экструзионной линии;
- Контроль качества продукции;
- Соблюдение техники безопасности и производственных стандартов.

Требования:
- Желание обучаться и развиваться в области производства;
- Внимательность к деталям и ответственность;

- Умение работать в команде и соблюдать производственные графики.

Условия:
- Официальное трудоустройство;
- Конкурентная заработная плата,
- Оплата спецодежды;
- Медицинская страховка ДМС;
- Возможность профессионального роста и развития.



WhatsApp, ТГ +7 922 202 45 97 Мы ждем именно тебя!