

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ
ТА ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ**
Збірник наукових праць

Випуск 13 (32)

Засновники:

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського;
Житомирський державний університет імені Івана Франка.

Редакційна колегія:

Головний редактор – Костюкевич В. М., доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).

Відповідальний редактор – Кутек Т. Б., доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Житомирський державний університет імені Івана Франка (м. Житомир, Україна).

Відповідальний секретар – Щепотіна Н. Ю., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).

Члени редакційної колегії:

Абаласей Беатріче	доктор наук, професор, Ясський університет імені Александру Іоана Кузи (м. Ясси, Румунія).
Асаулюк І. О.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Ахметов Р. Ф.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Житомирський державний університет імені Івана Франка (м. Житомир, Україна).
Богуславська В. Ю.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Вознюк Т. В.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Вінницький державний педагогічний університет ім. Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Воншик Яцек	доктор габілітований, професор Університет гуманістично-природничий імені Яна Длугоша (м. Ченстохове, Польща).
Гаврилова Н. В.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Гакман А. В.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (м. Чернівці, Україна).
Грузевич І. В.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Драчук А. І.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Індика С. Я.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна).
Онищук В. Є.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Вінницький державний педагогічний університет ім. Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Стасюк І. І.	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет ім. І. Огієнка (м. Кам'янець-Подільський, Україна).
Фурман Ю. М.	доктор біологічних наук, професор, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).
Шинкарук О. А.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Національний університет фізичного виховання та спорту України (м. Київ, Україна).

Збірник рекомендовано до друку:

вченою радою Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського
(протокол № 14 від 22.06.2022 року)

вченою радою Житомирського державного університету імені Івана Франка
(протокол №10 від 24.06.2022 року)

Збірник включено до переліку наукових фахових видань України категорії «Б», у яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора філософії (кандидата наук) і доктора наук (наказ Міністерства освіти і науки України від 11.07.2019 № 975).

У збірнику наукових праць з галузі фізичної культури та спорту висвітлюються теоретичні та прикладні аспекти фізичного виховання різних груп населення, медико-біологічні проблеми фізичного виховання та фізичної реабілітації, розкриваються закономірності спортивного тренування.

Реєстраційний № KB 22031 – 11931 ПР
від 22.04.2016 р.

© Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
© Житомирський державний університет імені Івана Франка

За достовірність інформації відповідальність несуть автори статей.

ЗМІСТ

І. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Асаулюк Інна

До питання використання методології «штучного керуючого середовища» у практиці професійно-прикладної фізичної підготовки студентів мистецьких спеціальностей..... 7

Бондаренко Валентин, Сушков Олег, Дідковський Володимир, Арсененко Олександр, Рябуха Олександр

Особливості патріотичного виховання здобувачів вищої освіти під час навчальних занять з фізичної підготовки..... 16

Домінюк Михайло, Тьорло Олена, Хіменес Христина, Котов Сергій

Фізична підготовленість, як компонент спеціальної підготовленості офіцерів-жінок підрозділів національної поліції України..... 26

Костюкевич Віктор, Паламарчук Юлія, Мельничук Анастасія

Формування моделей здорового способу життя студентської молоді як перспективний напрям наукових досліджень..... 35

Краснобаєва Тетяна, Галайдюк Микола, Мельничук Микола

Загально-дидактична методика формування фізкультурно-спортивних умінь..... 45

Мірошніченко В'ячеслав, Драчук Сергій, Бойко Марина, Павлик Олена

Адаптаційні реакції серцево-судинної системи на оздоровчі заняття різними видами рухової активності..... 54

Пронтенко Василь, Кузенков Олександр, Підпригора Максим, Бабаєв Юрій, Хлібович Ілля

Застосування в освітньому процесі майбутніх офіцерів рукопашної підготовки як засобу формування їх фізичної готовності..... 63

Хлус Наталія

Педагогічні умови оптимізації рухової активності дітей старшого дошкільного віку в закладах дошкільної освіти..... 72

Чернишенко Тамара, Кізім Вікторія, Драчук Андрій

Порівняльна характеристика рівня теоретично-музичної підготовки студентів факультету фізичного виховання і спорту з дисципліни «ритміка і хореографія».. 81

Сікорська Лілія, Вознюк Тетяна, Галайдюк Микола

Аналіз показників фізичної підготовленості студентів факультативних груп зі спортивних ігор 93

ІІ. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

СУЧАСНА СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ ТА ПРОБЛЕМИ ЇЇ ВДОСКОНАЛЕННЯ

Адамчук Вадим, Кульчицька Ірина, Овчарук Василь, Овчарук Віра Використання допоміжних засобів тренування в легкій атлетиці.....	103
Богуславська Вікторія, Драчук Сергій, Губар Іван Місце концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту.....	116
Борисова Ольга, Нагорна Вікторія, Перетяцько Ангеліна, Митько Артур Оптимізація навчально-тренувального процесу підготовки більярдистів з порушеннями опорно-рухового апарату засобами інноваційних технологій...	125
Вако Ілля Характерні помилки, що допускають юні спортсмени, які спеціалізуються в рукопашному бою, при освоєнні ударів ногами.....	134
Войтенко Сергій, Поліщук Володимир, Герасимішин Віктор Відмінності мотивації до успіху і уникнення невдач у спільних діях футболістів 16 – 17 років.....	143
Войтенко Сергій, Рогаль Ірина, Чхань Аліна, Войтенко Діана Формування рівня мотивації у спільних діях футболістів.....	151
Долбишева Ніна, Мусяця Світлана Спортивний відбір на сучасному етапі спортивної підготовки.....	160
Костюкевич Віктор, Коннов Станіслав Взаємозв'язок показників фізичної, функціональної та технічної підготовленості висококваліфікованих хокеїстів на траві у змагальному періоді макроциклу.....	175
Крикун Юрій Морфологічний профіль черлідерів на етапі початкової підготовки.....	188
Мітова Олена Динаміка розвитку командних спортивних ігор як підґрунтя формування сучасної системи контролю у командних спортивних іграх.....	198
Перепелиця Максим, Перепелиця Олександр Експертна оцінка складників тактичної майстерності кваліфікованих хокеїстів на траві.....	212
Свірищук Наталія, Вознюк Тетяна, Стасюк Іван, Дмитренко Світлана Ефективність виконання кидків гандболістами різного амплуа команд І ліги України.....	222
Сенів Мар'яна Особливості емоційного інтелекту баскетболістів різної кваліфікації.....	229

<i>Соловей Олександр, Соловей Дмитро, Богуславський Віктор, Петрушин Дмитро, Петренко Сергій, Кириченко Андрій</i> Ігрова активність гандболістів у змагальній діяльності на чемпіонаті світу – 2021 в Єгипті.....	237
--	-----

ІІІ. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА СПОРТУ

<i>Ватаманюк Сергій, Кучер Тетяна, Власюк Галина, Левандовська Любов, Семенович Сергій, Хабінець Тамара</i> Зміни показників вертикальної стійкості тіла чоловіків першого періоду зрілого віку під впливом засобів та методів технології підвищення рівня стану біогеометричного профілю постави.....	248
<i>Випасняк Ігор, Носова Наталія, Ярмолинський Леонід</i> Особливості стану біомеханіки опорно-рухового апарату юних спортсменів.....	260
<i>Головкіна Вікторія, Сальникова Світлана, Бойко Марина, Пуздимір Микола</i> Вплив занять плаванням на фізичний стан дітей 11-12 років з порушенням постави.....	271
<i>Голубовська Дар'я, Альошина Алла, Луцький Василь, Вінтоняк Олег, Лецак Олександр, Ковальчук Лідія</i> Програма профілактики порушень біомеханіки просторової організації тіла студенток хореографічного коледжу.....	280
<i>Городецька Олександра, Дмитренко Світлана, Куц Богдана, Хуртенко Оксана</i> Порівняльна характеристика функціональної підготовленості студентів з різними типами постави.....	292
<i>Івченко Віталій, Литвиненко Юрій, Кашуба Віталій, Крикун Юрій</i> Гоніометричні показники біопар опорно-рухового апарату у різні моменти часу при переміщенні спортсменів, які спеціалізуються у практичній стрільбі з пістолету, способами «звичайний» та «лінійний» крок	302
<i>Кіреєв Ігор, Жаботинська Наталія, Рябова Оксана, Карабут Лариса</i> Вплив заходів фізичної реабілітації на відновлення працездатності хворих з постковідним синдромом.....	313
<i>Лазько Ольга, Бондарь Олена, Луцький Василь, Курилюк Сергій, Лецак Олександр</i> Структура та зміст технології корекції порушень кістково-м'язової системи жінок 36-45 років засобами оздоровчого фітнесу.....	324
<i>Холодов Сергій</i> Сучасні тренди у практиці фізкультурно-спортивної реабілітації дітей з церебральним паралічем.....	336

Чаланова Раїса, Ломинога Сергій, Яковлєв Валентин

Обґрунтування ефективності нового методу м'язової експрес-релаксації для зняття зорового перенапруження..... 346

Ярош Георгій

Оцінка ефективності технології корекції порушень просторової організації тіла у боксерів на етапі початкової підготовки..... 354

- просторової організації тіла у боксерів на етапі початкової підготовки
- Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & recreation): НУБГП. 9. 126-34. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2021.9.16>*
18. Kashuba V., Andrieieva O., Yarmolinsky L., Karp I., Kyrychenko V., Goncharenko Y., Rychok T., Nosova N. (2020). Measures to prevent functional muscular disorders in sports training of 7-9-year-old football players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES). 20 (1), Art 52. 366 – 371. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES*
19. Kashuba, V, Stepanenko, O, Byshevets, N, Kharchuk, O, Savliuk, S, Bukhovets, B, Grygus, I, Napierała, M, Skaliy, T, Hagner-Derengowska, M, Zukow, W. (2020). Formation of Human Movement and Sports Skills in Processing Sports-pedagogical and Biomedical Data in Masters of Sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences. 8(5). 249-257. DOI:10.13189/saj.2020.080513*
20. Todorova VH, Pogorelova OO, Kashuba VO. (2020). Actual Tasks of Choreographic Training in Gymnastic Sports. *International Journal of Applied Exercise Physiology (IJAEP). 9 (6). 225-229. ISSN: 2322 - 3537 www.ijaep.com info@ijaep.com*
18. Kashuba V., Andrieieva O., Yarmolinsky L., Karp I., Kyrychenko V., Goncharenko Y., Rychok T., Nosova N. (2020). Measures to prevent functional muscular disorders in sports training of 7-9-year-old football players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES). 20 (1), Art 52. 366 – 371. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES*
19. Kashuba, V, Stepanenko, O, Byshevets, N, Kharchuk, O, Savliuk, S, Bukhovets, B, Grygus, I, Napierała, M, Skaliy, T, Hagner-Derengowska, M, Zukow, W. (2020). Formation of Human Movement and Sports Skills in Processing Sports-pedagogical and Biomedical Data in Masters of Sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences. 8(5). 249-257. DOI:10.13189/saj.2020.080513*
20. Todorova VH, Pogorelova OO, Kashuba VO. (2020). Actual Tasks of Choreographic Training in Gymnastic Sports. *International Journal of Applied Exercise Physiology (IJAEP). 9 (6). 225-229. ISSN: 2322 - 3537 www.ijaep.com info@ijaep.com*

DOI: 10.31652/2071-5285-2022-13(32)-354-365

Відомості про автора:

Ярош Г.; orcid.org/0001-1296-5836-4596; yarosh_g@gmail.com; Національний університет фізичного виховання і спорту України, вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна.

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ АВТОРІВ

Наукове видання «**Фізична культура, спорт та здоров'я нації**» містить такі напрями:

- науково-методичні основи використання засобів фізичного виховання для підвищення працездатності і зміцнення здоров'я різних груп населення;
- сучасна система спортивного тренування та проблеми її вдосконалення;
- медико-біологічні проблеми фізичного виховання, фізичної реабілітації та спорту;

До розгляду приймаються наукові статті за умови, що стаття:

- не була опублікована раніше в іншому науковому журналі, а також не перебуває на розгляді в іншому науковому журналі;
- усі співавтори згодні з публікацією статті.

Статті приймаються тільки з оригінальним авторським текстом, запозичення в обсязі не більше 10 % повинні бути оформлені із зазначенням посилань на джерела.

Подавши статтю до збірника, автори тим самим:

- висловлюють згоду на розміщення повного її тексту в мережі Інтернет;
- погоджуються з рекомендаціями Всесвітньої асоціації медичних редакторів і стандартів COPE відповідно до принципів етики наукових публікацій. (http://publicationethics.org/files/International%20standards_authorsfor%20website 11 Nov 2011.pdf).

Автори дають згоду на збір й обробку персональних даних із метою їх включення в базу даних згідно із Законом України № 2297-УІ «Про захист персональних даних» від 01.06.2010.

Мова рукопису - українська, російська, англійська.

ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ РУКОПИСІВ

Файл рукопису повинен містити:

- назву статті (до 12 слів прописними літерами);
- прізвище, ім'я автора (-ів),
- повну назву закладу освіти чи наукової установи;
- анотацію, що містить 1800 знаків з пробілами, структуровану таким чином (із виділенням підзаголовків напівжирним шрифтом): актуальність теми дослідження, мета й методи або методологія дослідження, результати роботи та ключові висновки; ключові слова (5-

6 слів або стійких словосполучень, за якими надалі виконуватиметься пошук статті), які відображають специфіку теми, об'єкт і результати дослідження та жодне з яких не дублює слова з назви статті. ПІБ авторів, назва статті, анотація, ключові слова подаються українською, англійською та російською мовами. Використання комп'ютерного перекладу не допускається;

- текст статті;
- висловлення вдячності (за необхідності);
- список літературних джерел.

Усі аббревіатури що використовуються у статті мають бути розшифровані (у тексті статті або окремим списком перед текстом статті).

Текст статті повинен містити такі розділи: постановка проблеми, аналіз останніх досліджень та публікацій, мета дослідження; матеріал і методи дослідження, результати дослідження, дискусія, висновки, список літературних джерел.

Постановка проблеми (обумовлюється актуальність дослідження, виокремлюються раніше не розв'язані частини загальної наукової проблеми, вказується зв'язок з темами та планами).

Аналіз останніх досліджень та публікацій (аналізуються результати дослідження за означеною проблемою за останні 5-10 років, акцентується увага на вирішених та не вирішених питаннях з проблеми дослідження, що могли обумовлювати спрямованість вашого дослідження).

Мета дослідження (передбачуваний результат, головний зміст роботи на реалізацію якого спрямовані наукові пошуки автора. Поставлена мета обов'язково має бути досягнута у дослідженні. У формулюванні мети дослідження варто використовувати слова: вивчити, встановити, виявити, довести, експериментально обґрунтувати тощо.

Матеріал і методи дослідження. Цей розділ повинен містити такі підрозділи:

- *учасники дослідження* (вік, спортивна кваліфікація досліджуваних, інформація про згоду усіх учасників на участь в експерименті);
- *організація дослідження* (техніки дослідження, алгоритм проведення експерименту прилади, що використовувалися під час дослідження);
- *методи дослідження* (методи дослідження мають бути описані досить докладно, відповідно до отриманих результатів. Назви використаних пристроїв супроводжуються інформацією про виробника (назва, місто, країна);
- *статистичний аналіз* (вказуються: методи математичної статистики, що були використані при аналізі результатів дослідження, рівень значущості, параметричні чи не параметричні, критерії, критерії згоди тощо).

Результати дослідження (переважно подаються у вигляді таблиць і рисунків, графіків, діаграм. При описі результатів дослідження варто акцентувати увагу на вірогідності отриманих показників. Не бажано детально описувати дані, що представлені в ілюстраціях). **Дискусія.** У цьому розділі статті виділяється новизна дослідження, здійснюється порівняння результатів з дослідженнями інших авторів, акцентується увага на проблемах, що можуть бути вирішені у подальших дослідженнях.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Викладаються найважливіші наукові практичні результати дослідження. Висновки бажано формулювати у такій послідовності:

- стисла оцінка проблеми;
- методи вирішення проблеми;
- основні результати дослідження;
- перспектива подальших досліджень.

Список літературних джерел:

Усі джерела зі списку літератури повинні бути процитовані в тексті статті. Якщо стаття, на яку є посилання, має цифровий ідентифікатор doi (<http://www.doi.org/index.html>), його обов'язково потрібно вказувати. Список літератури повинен містити 15-25 джерел. До списку потрібно включати наукові статті українських і зарубіжних (не менше 25 %) авторів. Допускається посилання на власні роботи авторів статті (самоцитування), але не більше, ніж 25

% від загальної кількості джерел.

Якщо текст статті українською/російською мовою, то список літератури повинен складатися з двох частин: «Список літературних джерел» і «References».

Перелік посилань «Список літературних джерел» - це бібліографічний опис джерел, використаних під час підготовки статті, виконаний мовою оригіналу та оформлений відповідно до ДСТУ 8302:2015: Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання (<http://lib.pu.if.ua/files/dstu-8302-1015.pdf>). При цьому, якщо в переліку використано джерела іноземною мовою, їх не потрібно перекладати українською/російською.

«References» - це дубльований перелік посилань «Список літературних джерел», оформлений за стандартом Vancouver (<https://www.citethisforme.com/guides/vancouver/how-to-cite-a-journal>) англійською мовою (та/або із застосуванням транслітерації).

ТЕХНІЧНІ ВИМОГИ

1. Обсяг основного тексту статті – 10-15 сторінок.
2. Текстові матеріали повинні бути підготовлені в редакторі MS Word (*.doc).
3. Параметри сторінки:
формат - А4, поля - зліва - 3 см, справа - 1 см, зверху й знизу - 2 см, без колонтитулів та нумерації сторінок.
4. Шрифт основного тексту – Times New Roman, розмір символу (кегель) - 14, звичайний, рядки без переносів. Параметри абзацу: вирівнювання - за шириною; міжрядковий інтервал - 1,5; відступ першого рядка - 1 см; інтервал між абзацами - 0 мм.
5. Таблиці й рисунки.

Кількість табличного матеріалу та ілюстрацій повинна бути доречною, не допускається декілька рисунків чи таблиць підряд. Після кожної таблиці, ілюстрації чи рисунка має бути текстовий матеріал. Текст таблиці подається шрифтом Times New Roman, розмір символу (кегель) - 12, інтервал - 1. Формат таблиць - лише книжковий.

Рисунок повинен бути єдиним графічним об'єктом (тобто згрупованим).

Ілюстрації слід нумерувати; вони повинні мати назви, які вказуються поза згрупованим графічним об'єктом (*наприклад*: Рис. 1. Показники фізичної підготовленості кваліфікованих футболістів). Після кожної ілюстрації має бути текст. Стаття не повинна містити більше 6-ти ілюстрацій. Ілюстративний матеріал обов'язково повинен бути контрастним чорно-білим, спосіб заливки в діаграмах - штриховий).

Формули (зі стандартною нумерацією) виконуються в редакторі Microsoft Equation. Підписи рисунків та формул повинні бути доступні для редагування. Усі графічні об'єкти повинні бути сканованими.

У кінці статті на окремій сторінці додаються **ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ**, що містять:

- прізвище, ім'я, по-батькові;
- місце роботи;
- посада;
- науковий ступінь
- вчене звання
- ORCID (цифровий ідентифікатор автора, що відрізняє вас від будь-якого іншого дослідника, підтримує зв'язок між вами й вашою професійною діяльністю)
- номер відділення «Нової пошти» (на яку надсилається збірник)
- мобільний телефон
- E-mail

Матеріали просимо надсилати за адресою: Україна, 21001, м. Вінниця, вул. Острозького, 32 Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Кафедра теорії і методики спорту, Костюкевичу Віктору Митрофановичу, або на електронну адресу zbirnikfstzn@gmail.com

У разі відступу від зазначених вимог рукописи не приймаються до розгляду. Чекаємо на Ваші наукові праці.

**З повагою,
Редакційна колегія**

Адреса редакційної колегії:

21100, вул. Острозького, 32, м. Вінниця, Україна

Тел.: (0432) 26-52-40

Факс: (0432) 27-57-48

Надруковано з оригінал-макета замовника

Рекомендовано до друку 23.06.2021; 25.06.2021.

Формат 60x84/8. Ум. друк. арк. 43,2.

Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Друк цифровий.

Наклад 100 прим. Замовлення № 5178/1

Віддруковано з оригіналів замовника.

ФОП Корзун Д.Ю.

21034, м. Вінниця, вул. Немирівське шосе, 62а.

Тел.: 0 (800) 33-00-90, (096) 97-30-934, (093) 89-13-852.

e-mail: info@tvoru.com.ua

<http://www.tvoru.com.ua>