

УДК 796.07

МОТИВАЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ КАК СИСТЕМООБРАЗУЮЩИЙ ФАКТОР В ОРГАНИЗАЦИИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Волкова Людмила Михайловна

профессор, профессор кафедры физической и психофизиологической подготовки. Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации. Санкт-Петербург. Россия. ORCID 0000-0003-1066-337X. e-mail: volkovaalm@bk.ru

THE MOTIVATIONAL COMPONENT AS A SYSTEM-FORMING FACTOR IN ORGANIZING ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE FOR STUDENTS WITH DISABILITIES

Volkova Lyudmila

Professor, Professor of the Department of Physical and Psychophysiological Training. St. Petersburg State University of Civil Aviation. Saint-Petersburg. Russia. ORCID 0000-0003-1066-337X. e-mail: volkovaalm@bk.ru

Аннотация. В исследовании представлены результаты эмпирического исследования потребностно-мотивационных детерминант при занятиях адаптивной физической культурой у студентов с хроническими соматическими патологиями, с ограниченными возможностями здоровья. Изучаются теоретические взгляды ученых на проблему потребностей и мотивов. Предпринята попытка доказать, что уровень информированности о характере собственного заболевания и его влиянии на выбор средств адаптивной физической культуры выступают предиктором мотивационной устойчивости. Исследование проводилось в 2025/2026 учебном году на базе двух вузов Санкт-Петербурга — Политехнического им. Петра Великого и гражданской авиации им. А.А. Новикова.

Доказывается, что процесс формирования потребностей студентов с ограниченными возможностями здоровья к систематическим занятиям физической культурой, к укреплению и сохранению здоровья зависит от субъективных свойств личности, связанных с мотивацией, отношением к выбранной профессии, характером и условиями образовательного процесса, творческим потенциалом преподавателей вуза и др.

В работе акцентируется ответственность в определении адаптивной физической нагрузки не только на преподавателе физической культуры, но и на спортивном враче. Особое внимание уделено выбору физических нагрузок со стороны самого студента при его самоорганизации в адаптивной физической культуре, при этом значение приобретают те знания, которые он получает в процессе теоретической части самой дисциплины «Адаптивная физическая культура».

Проведено исследование с целью изучения степени информированности студентов об имеющихся у них заболеваниях и о способах использования средств адаптивной физической культуры в укреплении собственного здоровья. Выявлено, что недостаточные знания о

рекомендуемых адаптивных физических упражнениях имеют 67,2% студентов, у 72,6% студентов выявлены недостаточные знания по вопросу о противопоказанных физических упражнениях.

Обосновывается, что низкая осведомленность о нозологических ограничениях и возможностях коррекционного воздействия физических упражнений является значимым барьером в формировании устойчивой потребностно-мотивационной сферы. На основе данных опроса студентов выявлены корреляционные связи между информированностью о заболевании и готовностью к самостоятельной организации двигательного режима. Предложена модель компетентностного сопровождения студентов в рамках дисциплины «Адаптивная физическая культура», включающая три модуля.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, студент, мотивация, нозологическая осведомленность, самоорганизация, здоровье.

Annotation. The study examines presents the results of an empirical study of the need-motivational determinants in adaptive physical education among students with chronic somatic pathologies and disabilities. The theoretical views of scholars on the problem of needs and motives are studied. An attempt is made to prove that the level of awareness about the nature of one's own disease and its impact on the choice of adaptive physical education tools is a predictor of motivational stability. The study was conducted in the 2025/2026 academic year at two universities in St. Petersburg — the Polytechnic University named Peter the Great and Civil Aviation named after A.A. Novikov.

It is proven that the process of forming the needs of students with disabilities for systematic physical education, for strengthening and maintaining health depends on subjective personality traits related to motivation, attitude towards the chosen profession, the nature and conditions of the educational process, the creative potential of university teachers, etc.

The work emphasizes that the responsibility for determining adaptive physical load lies not only with the physical education teacher but also with the sports doctor. Special attention is paid to the student's own choice of physical activities in the context of self-organization within adaptive physical culture; at the same time, the knowledge they acquire during the theoretical part of the "Adaptive Physical Culture" discipline itself becomes important. A study was conducted to examine the level of students' awareness of their existing diseases and the ways to use the means of adaptive physical culture to strengthen their own health. It was found that 67.2% of students have insufficient knowledge about recommended adaptive physical exercises, and 72.6% of students have insufficient knowledge regarding contraindicated physical exercises. It is substantiated that low awareness of nosological limitations and the possibilities of corrective effects of physical exercises is a significant barrier to the formation of a stable need-motivational sphere. Based on survey data from students, correlations were identified between awareness of the disease and readiness to independently organize a physical activity regimen. A model of competency-based support for students within the discipline "Adaptive Physical Culture" is proposed; it includes three modules.

Keywords: adaptive physical culture, student, motivation, nosological awareness, self-organization, health.

Введение. Формирование потребностно-мотивационной сферы – сложный психолого-педагогический процесс. Рассмотрим основные аспекты этого процесса.

К. Маркс понимает нужду как внутреннюю необходимость, а известный психолог Б.Ф. Ломов определяет потребность как объективную необходимость. И то и другое представление отражает единую объектно-субъективную природу потребности.

Потребность, с точки зрения П.А. Рудика, является реакцией организма на действия как внутренних раздражителей, так и внешних. При этом переживаемое личностью состояние может носить как дискомфортный, так и комфортный характер (Рудик, 1976).

Одним из первых авторов, работы которого определяют сложность человеческих потребностей и их воздействие на мотивацию, является А. Маслоу. В его работе «Мотивация и личность» (Маслоу, 2019) делается предположение о врожденном характере потребностей, иерархическая структура, которых образует так называемую «Пирамиду потребностей Маслоу». Структура ее складывается из следующих уровней: физиологические потребности, безопасность, принадлежность и любовь, признание, самоактуализация.

Весьма интересны теоретические взгляды на проблему потребностей и мотивов психолога Д. МакКлелланда, по мнению которого каждый вид потребностей определяет характер человека и приоритетные направления его деятельности (МакКлелланд, 2007).

Однако большинство существующих исследований фокусируются на общих закономерностях мотивации, не учитывая дефицит нозологической грамотности студентов, что существенно снижает эффективность педагогических вмешательств (Евсеев и др., 2018).

В настоящей работе предпринята попытка восполнить этот пробел путем эмпирической верификации гипотезы о том, что уровень информированности о характере собственного заболевания и его влиянии на выбор средств адаптивной физической культуры выступает предиктором мотивационной устойчивости.

Таким образом, раскрытие доминирующих потребностей человека позволит усилить мотивацию и более эффективно реализоваться в адаптивной физической культуре (Батурин и др., 2018; Даценко и др., 2020).

Методы и организация исследования

Исследование проводилось в 2025/2026 учебном году на базе двух вузов Санкт-Петербурга — Политехнический (СПбПУ) им. Петра Великого и гражданской авиации (СПбГУ ГА) им. А.А. Новикова. Выборку составили 143 студента 1–3-х курсов (юноши — 61, девушки — 82), имеющих подтвержденные медицинские диагнозы: патологии опорно-двигательного аппарата (32,2 %), сердечно-сосудистой системы (28,7 %), дыхательной системы (18,9 %), эндокринные нарушения (12,6 %) и сочетанные состояния (7,6 %).

Применялся комплекс методов:

- теоретический анализ научно-методической литературы;
- структурированное анкетирование закрытого и полукрытого типа (разработанный автором опросник, α -Кронбаха = 0,81);
- экспертный опрос преподавателей кафедр физического воспитания ($n=12$);
- методы описательной и непараметрической статистики (χ^2 -критерий Пирсона, коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Статистическая обработка выполнена в пакете SPSS 26.0.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ литературных источников (Шалупин и др., 2017; Яичников и др., 2016) свидетельствует, что в возникновении потребностей проявляется и интеллектуальный аспект. Он связан с пониманием того, чем вызвано осознание актуальности потребностей в данный момент, человек оценивает ситуацию, осознает цель, которая рождает мотив для достижения полезного результата.

Процесс формирования потребностей студентов с ограниченными возможностями здоровья к систематическим занятиям физической культурой, к повышению уровня физической и функциональной подготовленности, укрепления и сохранения здоровья, освоению профессиональных компетенций зависит от многих факторов и, прежде всего, от субъективных свойств личности, связанных с мотивацией, отношением к выбранной профессии, характером и условиями образовательного процесса, творческим потенциалом преподавателей вуза и др.

Месте с тем большая ответственность в определении объема и интенсивности адаптивной физической нагрузки лежит не только на преподавателе физической культуры, но и на спортивном враче. Когда врач определяет у студента те или иные серьезные отклонения в состоянии здоровья, то следует уделять особое внимание особенностям организации адаптивных занятий, а студенту после медицинского обследования необходимо знать, какие физические упражнения ему выполнять можно, а какие физические упражнения выполнять нельзя и какая при этом должна быть физическая нагрузка.

Однако спортивный врач не всегда имеет возможность дать конкретные рекомендации по многообразию физических упражнений, а также по объему и режиму занятий с учетом состояния здоровья студента. Кроме того, часто врачи необоснованно освобождают студентов от занятий даже адаптивной физической культурой, когда именно дозированные нагрузки являются одним из наиболее эффективных средств для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья. Часто рекомендации врачей сводятся к общему положению об исключении выполнения контрольных нормативов и уменьшения физической нагрузки (Волкова и др. 2022; Даценко и др., 2025).

Преподаватель, который руководствуется примерным перечнем показаний и противопоказаний к занятиям адаптивной физической культурой, может порекомендовать или запретить выполнение того или иного физического упражнения, а также скорректировать нагрузку во время занятий. Однако вопросы, связанные с конкретным сложным заболеванием или с особенностями определенной нозологической группы, могут находиться вне зоны его внимания. В такой ситуации вопрос выбора направленности и регулирования индивидуальных физических нагрузок требует более внимательного отношения именно со стороны самого студента, при его самостоятельной самоорганизации адаптивной физической культурой (Ворожейкин и др., 2026; Евсеев и др., 2018; Лимаренко и др., 2026). Особое значение приобретают те знания, которые он получает в процессе теоретической части самой дисциплины «Адаптивная физическая культура».

Было проведено исследование с целью изучения степени информированности студентов об имеющихся у них заболеваниях и о способах использования средств адаптивной физической культуры в укреплении и поддержании здоровья (рис.). В ходе исследования было проведено анкетирование 143 студентов 1 курса двух вузов: политехнического (СПбПУ им. Петра Великого) и гражданской авиации (СПбГУ ГА им. А.А. Новикова), имеющих серьезные отклонения в состоянии здоровья.

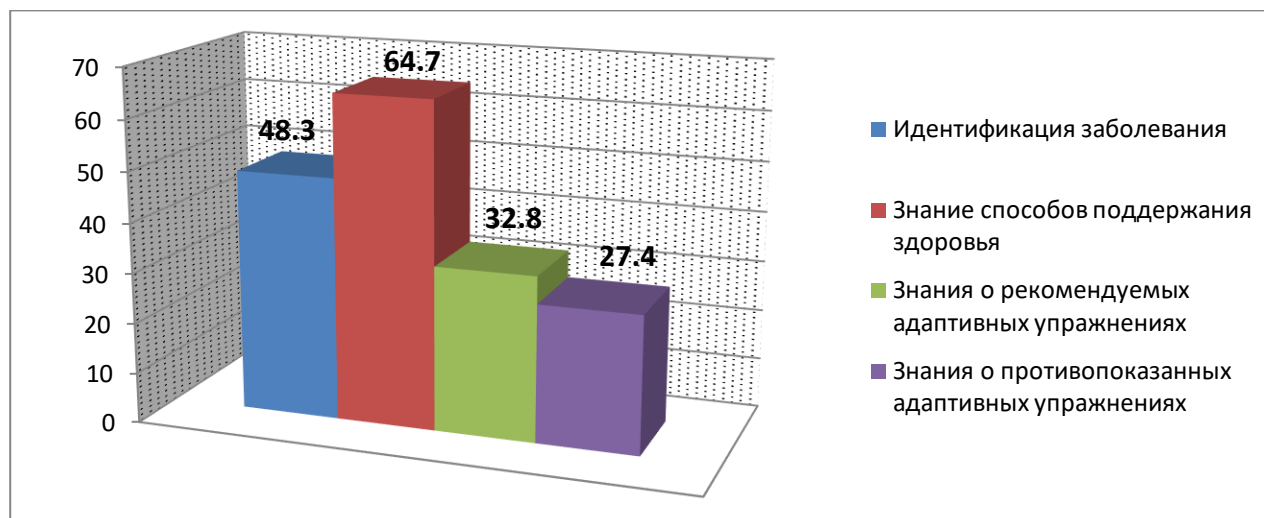


Рис. Степень информированности студентов о заболеваниях и способах использования средств адаптивной физической культуры в укреплении здоровья (%)

В ходе анкетирования установлено, что только 48,3% респондентов верно идентифицируют пораженный орган или систему при собственном заболевании. При этом 14,0% опрошенных вообще не дали ответа на соответствующий вопрос, что свидетельствует о фрагментарности знаний, полученных преимущественно от врачей при обследовании или диспансеризации, без последующей подробной медицинской интерпретации. Здесь проявились недостатки, как к образованности студентов, так и к медицинской системе: врачи не всегда дают понятные разъяснения диагноза студента.

Следует отметить, что общие способы поддержания состояния здоровья при имеющихся отклонениях известны 64,7% респондентов, т.е. определенные представления о здоровом образе жизни, средствах физической культуры у них есть. Но адаптивные средства физической культуры, напротив, известны немногим. Так недостаточные знания о рекомендуемых адаптивных физических упражнениях имеют 67,2% респондентов. Такие студенты могут «отсиживать на скамейке», отказываться выполнять некоторые задания, считая их вредными для своего здоровья, тогда как ограничением в движении можно нанести гораздо больший вред, чем регулярным применением адекватной физической нагрузки.

У 72,6% студентов выявлены недостаточные знания по вопросу о противопоказанных физических упражнениях. Эта ситуация еще более настораживает, т.к. чрезмерная нагрузка, неправильная техника выполнения упражнений или выполнение запрещенных двигательных действий при самостоятельных занятиях физической культурой могут вызвать тяжелые последствия и травмы. При недостаточности знаний студенты часто переоценивают свои возможности.

В исследовании дополнительно проведен сравнительный анализ по нозологическим группам заболеваний. Наиболее низкие показатели по нозологической грамотности отмечены у студентов с различными эндокринными нарушениями (средний балл по шкале информированности — 2,4 из 10), наиболее высокие — у лиц с патологиями опорно-двигательного аппарата (5,8 из 10), что объясняется более частыми контактами с реабилитологами и наличием внешних ограничений подвижности в суставах или позвоночнике.

Опрос профессорско-преподавательского состава вузов выявил следующую проблему: в 68% случаев врачебные рекомендации для студентов носят обобщенный характер («уменьшить нагрузку», «избегать переохлаждения», «меньше бегать») и не содержат конкретных методических указаний по выбору адаптивных физических упражнений, частоте занятий, интенсивности и объему занятий, а также показателей частоты сердечных сокращений, артериального давления и пр. Это перекладывает функцию адаптации учебного материала на преподавателя, который, однако, не всегда обладает углубленными медицинскими знаниями по конкретным нозологическим заболеваниям и степени их сложности (Половников и др., 1996; Шалупин и др., 2017).

В исследовании предложена трехуровневая модель психолого-педагогического сопровождения в адаптивной физической культуре для студентов с особыми возможностями здоровья:

1. Тестирующий модуль — входной контроль нозологической осведомленности и мотивационных установок (включая шкалу ситуативной и личностной тревожности Спилбергера—Ханина).

2. Теоретический модуль — мини-лекции, методические практики, кейс-задания и цифровые симуляторы, позволяющие студенту самостоятельно моделировать безопасные режимы адаптивной физической нагрузки.

3. Модуль, направленный на самого себя — ведение дневника самоконтроля с фиксацией функциональных показателей, самочувствия и соответствия выполняемых упражнений индивидуальным ограничениям.

Апробация данной модели на пилотной группе ($n=28$) в течение одного семестра 2026 г. показала рост мотивационных показателей на 20% (по шкале внутренней мотивации) и снижение ситуативной тревожности на 17% ($p < 0,05$), что подтверждает необходимость смещения акцента с внешнего контроля преподавателя на формирование рефлексивной позиции студента.

Вместе с тем преподаватели кафедр физического воспитания в данной ситуации оказывают посильную помощь студентам, используя весь арсенал средств: от бесед во время занятий и методических уроков до разработки учебных пособий, введения элективного курса, внедрения современных цифровых технологий и др., что решает одну из основных задач физической культуры: формирование знаний и адекватного отношения студентов к адаптивной физической культуре, создание условий для активизации их двигательной деятельности.

Заключение. Физическая культура является наиболее эффективным средством поддержания физического здоровья человека. Привлечение молодежи к занятиям физическими упражнениями во многом зависит от мотивации и отношения к физкультурной деятельности. Формирование мотивационной сферы — сложный психолого-педагогический процесс, требующий большого терпения и профессиональных компетенций.

Проведенное исследование доказывает, что основным дефицитом в организации адаптивной физической культуры студентов с отклонениями в здоровье являются пробелы в формировании осознанного отношения к собственному здоровью и средствам его коррекции. Дальнейшие исследования по проблеме формирования мотивации в адаптивной физической культуре предполагается направить на разработку цифрового инструмента для персонализированной диагностики и обратной связи в режиме реального времени.

Батурин А.Е., Вольский В.В., Коваленко В.Н., Лешева Н.С. Обучение студентов самоорганизации оздоровительной физической тренировки//Научные труды Северо-Западного института управления РАНХиГС. 2018. Т. 9. № 3 (35). С. 8-15.

Волкова Л.М., Алехина А.В., Устинова О.Н. [и др.]. Профессиональное образование в университетах через индивидуальные образовательные траектории//Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2022. № 3 (205). С. 41-45.

Ворожейкин А.В., Бакаев В.В., Тарасова О.А. [и др.]. Физическая культура в студенческой среде: от базовой активности к устойчивому здоровому образу жизни//учебное электронное издание / Барнаул, 2026. – 200 с.

Даценко А.А., Дементьев К.Н., Волкова Л.М. [и др.]. Технологии оздоровительной физической культуры студентов вузов гражданской авиации для подготовки к профессиональной деятельности//учебное пособие / (2-е издание) Санкт-Петербург, 2025. – 109 с.

Даценко А.А., Сивашенко П.П. Формирование физкультурно-спортивной активности студентов на основе самовоспитания и самосовершенствования // Известия Российской военно-медицинской академии. 2020. Т. 39. № S2. С. 90-92.

Евсеев В.В., Волкова Л.М., Поздеева Е.Г. Физическая культура в самооценках студентов: социологические аспекты анализа//Четвертая промышленная революция: реалии и современные вызовы. 2018. С. 282-287.

Евсеев В.В., Сущенко В.П., Намазов А.К. [и др.]. Физическая культура: формирование мотивации студентов к двигательной активности и здоровьесбережению//Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. 2018. Т. 13. № 2. С. 616-623.

Лимаренко О.В., Романова С.В., Романова Е.В. [и др.]. Самостоятельная физкультурно-спортивная деятельность студентов//учебное пособие для обучающихся высших учебных заведений / Барнаул, 2026. – 173 с.

Макклелланд Д. Мотивация человека. Сер. Мастера психологии. СПб.: Питер, 2007. – 672 с.

Маслоу А. Мотивация и личность. Сер. Мастера психологии. Изд. Питер, 2019. - 400 с.

Половников П.В., Волкова Л.М. Комплексная оздоровительная программа для студентов со значительными отклонениями в состоянии здоровья//Вестник Балтийской педагогической академии. 1996. № 9. С. 33-38.

Рудик П.А. Психология: учебник для институтов физической культуры (3-е изд.) М., ФиС, 1976. – 239 с.

Шалупин В.И., Родионова И.А., Романюк Д.В. [и др.]. Физическая культура в образовательных учреждениях гражданской авиации//учебник / Москва, 2017. – 267 с.

Шалупин В.И., Романюк Д.В., Карпушин В.В. Интегральная система построения учебного процесса по физической культуре студентов МГТУ ГА//Москва, 2017. – 40 с.

Яичников И.К., Намазов А.К.О., Устинова О.Н. Сравнительный анализ характеристик психофизического развития первокурсников различных категорий здоровья//НЕДЕЛЯ НАУКИ СПбПУ. 2016. С. 73-75.

REFERENCES

Baturin A.E., Volsky V.V., Kovalenko V.N., Lesheva N.S. (2028). Obuchenie studentov samoorganizatsii ozdorovitel'noj fizicheskoy trenirovki [Teaching Students to Self-Organize Health-Promoting Physical Training]. Scientific Works of the North-West Institute of Management of RANEP. Vol. 9. No. 3 (35). Pp. 8–15.

Volkova L.M., Alekhina A.V., Ustinova O.N. [et al.] (2022). Professional'noe obrazovanie v universitetah cherez individual'nye obrazovatel'nye traektorii [Professional Education in Universities through Individual Educational Trajectories]. Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. No. 3 (205). Pp. 41-45.

Vorozheikin A.V., Bakaev V.V., Tarasova O.A. [et al.] (2026). Fizicheskaya kul'tura v studencheskoj srede: ot bazovoj aktivnosti k ustojchivomu zdorovomu obrazu zhizni [Physical Culture in the Student Environment: from Basic Activity to a Sustainable Healthy Lifestyle]. Educational Electronic Publication / Barnaul, 2026. – 200 p.

Datsenko A.A., Dementiev K.N., Volkova L.M. [et al.] (2025). Tekhnologii ozdorovitel'noj fizicheskoy kul'tury studentov vuzov grazhdanskoj aviatsii dlya podgotovki k professional'noj deyatel'nosti [Technologies of health-improving physical culture for students of civil aviation universities to prepare for professional activity]. textbook / (2nd edition) Saint Petersburg, – 109 p.

Datsenko A.A., Sivashchenko P.P. (2020). Formirovanie fizkul'turno-sportivnoj aktivnosti studentov na osnove samovospitaniya i samosovershenstvovaniya [Formation of students' physical culture and sports activity based on self-education and self-improvement]. Proceedings of the Russian Military Medical Academy. Vol. 39. No. S2. Pp. 90-92.

Evseev V.V., Volkova L.M., Pozdeeva E.G. (2028). Fizicheskaya kul'tura v samoocenках studentov: sociologicheskie aspekty analiza [Physical Culture in Students' Self-Assessments: Sociological Aspects of Analysis]. The Fourth Industrial Revolution: Realities and Modern Challenges. Pp. 282-287.

Evseev V.V., Sushchenko V.P., Namazov A.K. [et al.]. (2028). Fizicheskaya kul'tura: formirovanie motivatsii studentov k dvigatel'noj aktivnosti i zdorov'esberezheniyu [Physical culture: fostering students' motivation for physical activity and health preservation]. Health is the foundation of human potential: problems and ways to solve them. Vol. 13. No. 2. Pp. 616-623.

Limarenko O.V., Romanova S.V., Romanova E.V. [et al.]. (2026). Samostoyatel'naya fizkul'turno-sportivnaya deyatel'nost' studentov [Independent physical culture and sports activities of students]. A textbook for students of higher educational institutions / Barnaul, – 173 p.

McClelland D. (2007). Motivaciya cheloveka [Human Motivation]. Ser. Masters of Psychology. St. Petersburg: Piter, – 672 p.

Maslow A. (2019). Motivaciya i lichnost' [Motivation and Personality]. Ser. Masters of Psychology. Publ. Peter, – 400 p.

Polovnikov P.V., Volkova L.M. (1996). Kompleksnaya ozdorovitel'naya programma dlya studentov so znachitel'nymi otkloneniyami v sostoyanii zdorov'ya [Comprehensive Health Program for Students with Significant Health Deviations]. Bulletin of the Baltic Pedagogical Academy. No. 9. Pp. 33-38.

Rudik P.A. (1976). Psihologiya [Psychology]. A textbook for institutes of physical culture (3rd ed.) Moscow, FiS, – 239 p.

Shalupin V.I., Rodionova I.A., Romanyuk D.V. [et al.]. (2017). Fizicheskaya kul'tura v obrazovatel'nyh uchrezhdeniyah grazhdanskoj aviacii [Physical culture in educational institutions of civil aviation]. Textbook / Moscow, – 267 p.

Shalupin V.I., Romanyuk D.V., Karpushin V.V. (2017). Integral'naya sistema postroeniya uchebnogo processa po fizicheskoy kul'ture studentov MGTU GA [Integral system for designing the educational process in physical education for students of MSTU GA]. Moscow, – 40 p.

Yaichnikov I.K., Namazov A.K.O., Ustinova O.N. (2016). Sravnitel'nyj analiz harakteristik psihofizicheskogo razvitiya pervokursnikov razlichnyh kategorij zdorov'ya [Comparative analysis of the characteristics of the psychophysical development of first-year students of various health categories]. SCIENCE WEEK SPBPU. Pp. 73–75.

Заявление о согласии на публикацию статьи

Подтверждение на согласие опубликовать свою статью в научном журнале «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта»

Я, Волкова Людмила Михайловна, автор статьи «Мотивационный компонент как системообразующий фактор в организации адаптивной физической культуры студентов с ограниченными возможностями здоровья» несу ответственность за достоверность приведенных сведений и использование данных – да, Волкова Л.М.

С условиями публикации согласен (а) – да, Волкова Л.М.

Статья ранее не публиковалась – да, Волкова Л.М.

Согласен / согласна на обработку персональных данных и размещение статьи в открытых источниках - да, Волкова Л.М.

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2026. - 44 (4)

Раздел 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)4.07](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)4.07)

Волкова Людмила Михайловна, адрес: Санкт-Петербург, Гражданский пр. д.124 к 1 кв. 64. Тел. 89112160897