

ATLETIKA PRO NEJMENŠÍ



BENJAMÍNCI ročníky 2018 - 2021



**Atletický oddíl Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek, z.s.
pokračuje v konání tréninků pro nejmenší děti - benjamínky.**

Tyto hravé tréninky jsou určené pro děti roč. 2018 - 2021.

Tréninky probíhají jednou týdně ve více tréninkových skupinách.

Co děti čeká

Tréninky pro nejmenší atlety se skládají z různých her a soutěží, při kterých se mimo jiné využívá sada náradí a náčiní pro atletickou školku (pěnová zvířátka, míčky se stuhou, raketky, pěnové oštěpy atd.).

Děti se formou her naučí základní pohybové dovednosti, jako je běhání, házení, skákání a rozvíjí rychlost a obratnost. Kromě toho děti získají nové kamarády.

Kde budou děti trénovat

Tréninky probíhají jak na atletickém ovále, tak na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimních měsících.

Kdy budou tréninky probíhat

úterý, středa a čtvrtek 17.30 - 18.30 hodin



Kdo se bude o Vaše děti starat

S nejmenšími dětmi pracují vyškolení, kvalifikovaní trenéři. Zodpovědnou trenérkou této věkové skupiny je Veronika Siebeltová, tel. 733 426 388

Jak se přihlásit a kolik to bude stát

Zájemci mohou hlásit přes formulář, který je zveřejněn na webu www.atletikafm.cz v sekci tréninkové skupiny-benjamínci. Poplatek činí 400 Kč měsíčně a platí se vždy první trénink v měsíci. Také je možnost zaplatit září až prosinec najednou částkou 1200 Kč na účet 150504124/0300. Variabilní symbol-rodné číslo dítěte, do poznámky uveďte jméno a příjmení dítěte. Zvažte, zda je pro Vás a Vaše dítě vhodnější platit hotově měsíčně, nebo převodem najednou za čtyři měsíce (z hlediska nemocnosti a docházky dítěte).

Případné další informace najdete na stránkách

www.atletikafm.cz

v sekci tréninkové skupiny/benjamínci