

ATLETIKA PRO RODINU

PRO RODIČE S DĚTMI ROČNÍKŮ 2009 - 2014

Atletický oddíl Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek, z.s. ve spolupráci s Českým atletickým svazem pokračuje v projektu s názvem **Atletika pro rodinu**. Projekt je určen pro rodiče s dětmi, kteří spolu chtějí trávit více času aktivně.

Nyní budete mít vy, rodiče, možnost utvářet a formovat pohybové základy svého dítěte.

Co na Vás čeká



Cílem projektu je zvýšit pohybovou gramotnost u dětí, ale také u rodičů. Správným a pravidelným pohybem totiž můžete příznivě působit na kvalitu Vašeho života, ale také na utužení vztahů v rodině, která spolu bude trávit více času a to aktivně, sportem.

Atletika je ideálním základem pro všechny ostatní sporty. Společným sportováním se můžete bavit kdekoliv - na zahradě, na hřišti, na louce, v lese.

Kde budete trénovat

Tréninky budou probíhat v areálu stadiónu, a to jak na atletickém ovále, tak také na travnaté ploše. V případě nepříznivého počasí využíváme prostor pod krytou tribunou a dvě malé tělocvičny nacházející se uvnitř budovy stadionu.

Kdo se vám bude věnovat a kolik se platí

Tréninky rodičů s dětmi povedou vyškolené trenérky atletiky - Veronika Siebeltová, tel. 733 426 388 a Monika Nejezchlebová, tel. 775 222 436.

Rodič s dítětem bude za jeden trénink platit 100 Kč v hotovosti na tréninku.

Kdy se uskuteční první trénink

Tréninky budou probíhat jednou měsíčně vždy první středu v měsíci. První trénink tedy proběhne ve středu 2. září 2020, vždy od 17:00 do 18:00 hod. V případě zájmu bude možno se následně domluvit na větší četnosti tréninků.

Přihlášení do skupiny

Pokud Vás tato nabídka zaujala, případný zájem je nutno potvrdit na e-mail atletikaprorodinu@atletikafm.cz. Do e-mailu napište jméno, příjmení a datum narození rodiče i dítěte. Tréninku se může zúčastnit jen dvojice složená z jednoho rodiče a jednoho dítěte.

Veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách www.atletikafm.cz.