

ATLETIKA PRO RODINU

PRO RODIČE S DĚTMI ROČNÍKŮ 2009 - 2015

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 - Monika Nejezchlebová, tel. 775 222 436 a Veronika Siebeltová, tel. 733 426 388. Rodič s dítětem bude za jeden trénink platit 100 Kč v hotovosti na tréninku.

Kdy se uskuteční první trénink

První trénink proběhne v úterý 29. března 2022 od 15.30 do 16.45 hodin. Druhý trénink v úterý 19. dubna 2022 od 15.30 do 16.45 hod.

Přihlášení do skupiny

Zájemci se mohou hlásit na e-mail atletikaprorodinu@atletikafm.cz. Do e-mailu napište jméno, příjmení a datum narození rodiče i dítěte. Přihlásit se může rodič s 1-2 dětmi.

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