



ZAPRASZAMY

uczniów szkoły na zajęcia w godzinach świetlicowych

KARATE TRADYCYJNE KALINÓWKA

zajęcia w ramach ogólnopolskiego programu „Sportowy Talent” realizowanego przez Polski Związek Karate Tradycyjnego przy wsparciu Ministerstwa Sportu

W programie zajęć min.:

ćwiczenia ogólnorozwojowe i korekcyjne wad postawy, gry i zabawy ruchowe, profesjonalna nauka karate;

Dodatkowe atrakcje i aktywności:

udział w obozach i zawodach, egzaminy na stopnie zaawansowania;

Zajęcia prowadzą:

wykwalifikowani i doświadczeni trenerzy karate tradycyjnego, medaliści Mistrzostw świata i Europy;

Co daje trening karate?

Dzięki karate Twoje dziecko uczy się:

- koncentracji,
- opanowania emocji,
- cierpliwości,
- staranności,
- samodyscypliny,
- obowiązkowości,
- dążenie do rozwoju i wyznaczonych celów,
- budowania relacji w grupie;

Karate poprawia u dziecka ogólną sprawność i kondycję, rozwija min.:

- zręczność,
- koordynację ruchową,
- gibkość,
- wytrzymałość
- szybkość,
- siłę.

Trening karate koryguje również wady postawy oraz sprzyja nabieraniu pewności siebie i poczucia własnej wartości.

MIEJSCE:

Szkoła Podstawowa w Kalinówce – salka do gimnastyki (w nowej hali sportowej, „salka lustrzana”)

GRAFIK ZAJĘĆ:

czwartki (pierwsze zajęcia 8.10.2020 r.)

I grupa godz. 9.50

II grupa godz. 10.45

III grupa godz. 11.40

IV grupa godz. 12.35

V grupa godz. 13.40

VI grupa godz. 14.30

VII grupa godz. 15.20

ZAPISY:

<https://karatetradycyjne.sportsmanago.pl/rekrutacja>

Ilość miejsc jest ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń.

WIĘCEJ INFORMACJI:

tel.: 507 197 538, 507 197 540, e-mail: lublin.karate@wp.pl

www.lublin.karate.pl