



MOS ZATOKA BRANIEWO ORAZ STOWARZYSZENIE SPORTOWE „TATAMI”
OGŁASZAJĄ

NABÓR DO SEKCJI

JUDO

FUNNY JUDO

grupa wiekowa 8-14 lat

grupa wiekowa 4-7 lat

**Zajęcia prowadzone są przez trenera II klasy
(stopień mistrzowski 2 DAN)**

Rafała Tucholskiego

Istotą zajęć jest przede wszystkim dobra zabawa!!!

Wyjściowym założeniem jest harmonijny rozwój sprawności dziecka z naciskiem na kształtowanie koordynacji ruchowej. Trening składa się z elementów: gimnastycznych, akrobatycznych, biegów, skoków, zabaw indywidualnych (w parach i w grupach) oraz podstaw judo. Szczególna uwaga zwracana jest na naukę, istotnej w życiu, umiejętności prawidłowego padania, co pozwala zmniejszyć ryzyko kontuzji (urazów głowy, złamań, zwichnięć i skręceń kończyn). Zajęcia „FUNNY JUDO” oraz Judo to wyśmienita okazja do stymulowania prawidłowego rozwoju fizycznego Państwa dziecka. Uczestnictwo w takich zajęciach pozwala zrekompensować siedzący tryb życia dzieci, pozwala na korekcję wad rozwojowych poprzez ukierunkowaną aktywność ruchową, odpowiednio przygotowany tok zajęć i fachowe przygotowanie prowadzącego zajęcia trenera.

Jeżeli Twoje dziecko jest:

- nadpobudliwe
- otyłe
- słabo sprawne ruchowo lub po prostu chcesz żeby się więcej ruszało
- nie radzi sobie w trakcie lekcji wychowania fizycznego

ZAPRASZAMY NA ZAJĘCIA „FUNNY JUDO” ORAZ JUDO!!!

Zapisy: poniedziałek-piątek 17.00 (sala judo przy Szkole Podstawowej Nr 5, ul. Moniuszki)

Jeżeli chcesz dowiedzieć się więcej o sekcji judo zapraszamy na naszą stronę internetową: www.judobraniewo.pl lub zadzwoń do trenera: 606891254

柔道