

Wakacje na sportowo w Gminie Stare Babice

Bezpłatna akcja dla dzieci organizowana przez

Klub KampinoSport oraz Szkołę Tenisa Ziemnego "Junior Tennis Club"

Zajęcia w wymiarze 6 godzin tygodniowo będą odbywały się w poniedziałki, środy i piątki w godzinach 12-14 w Klubie KampinoSport w Starych Babicach przy ul. Izabelińskiej 79. Ośrodek dysponuje 3 całorocznymi halami tenisowymi a więc wszystkie zajęcia odbywać się będą niezależnie od pogody. Z treningów mogą korzystać dzieci w wieku 4 - 16 lat (wiek przedszkolny, szkoła podstawowa, gimnazjum).



W godz. 12-13 odbędą się zajęcia ogólnorozwojowe z elementami tenisa dla najmłodszych adpetów - tzw. tenisowe przedszkole. Wiek uczestników 4-8 lat.

W godz. 13-14 odbędą się zajęcia z tenisa dla dzieci i młodzieży w wieku 9-16 lat. Zapoznanie się z tenisowym abecadłem, treningi tenisowe zakończone turniejem pod koniec wakacji.

Zajęcia prowadzone będą przez **wykwalfikowaną kadrę z doświadczeniem pedagogicznym**. Kompletny sprzęt, niezbędny do efektywnego treningu w tym rakiety tenisowe dla dzieci i młodzieży znajdują się na wyposażeniu obiektu. Od uczestników zajęć wymagany jest jedynie strój sportowy i obuwie sportowe na zmianę.

Treningi mają zachęcić, przekonać zainteresowanych do aktywnej formy spędzania czasu. Młodzież w wieku szkolnym ciężko jest zainteresować czymkolwiek na dłuższy czas - tym bardziej związanym z ruchem. Dzięki posiadanej wiedzy oraz doświadczeniu, gwarantujemy radość i zadowolenie na twarzach uczestników.

Korzyści jakie płyną z uprawiania tenisa ziemnego przez dzieci:

- wyrobienie koordynacji ruchowej
- poprawny rozwój psychomotoryczny
- zdrowa sylwetka, wzmacnianie i hartowanie organizmu
- poprawa kondycji fizycznej
- wyładowanie złych emocji, w świadomy, bezpieczny sposób
- radzenie sobie ze stresem, odporność na stres
- nauka pracy w grupie, współpraca z rówieśnikami

**Więcej informacji w Klubie KampinoSport
tel. 0 22 722 90 32 www.kampinosport.pl**

