

# MKS JAGIELLONKA

Zajęcia pływania w roku szkolnym 2020/2021

Nauka i doskonalenie pływania		Pływalnia DOSiR „Prawy Brzeg”			
Trenerzy:		Duży basen		Mały basen	
★ Neuhorn Ilona	Poniedziałek	17.00 - 18.00	* talent	Poniedziałek	16.30 - 17.00 grupa dla zerówek
	Wtorek	17.00 - 18.00	* talent	Poniedziałek	18.00 - 18.30
	Piątek	17.00 - 18.00	* talent	Środa	18.00 – 18.30 grupa dla zerówek
	Piątek	18.00 - 18.30 18.30 - 19.00		Piątek	16.30 - 17.00

- Pływalnia DOSiR „Prawy Brzeg” ul. Jagiellońska 7

\* talent

Program skierowany jest do dzieci chcących spróbować swoich sił w uprawianiu pływania. Zajęcia prowadzone są na pływalni Namysłowska. Zajęcia mają na celu prowadzenie intensywnej nauki pływania wszystkimi stylami, przygotowanie wydolnościowe organizmu do podjęcia treningu sportowego. Ofertę kierujemy do dzieci w wieku 6 - 12 lat. Warunkiem udziału w zajęciach jest posiadanie co najmniej podstawowych umiejętności pływania (nie uczymy w tym programie od podstaw). W szkoleniu nie mogą brać udziału dzieci z klas sportowych o profilu pływania. Udział niesie za sobą zobowiązanie do systematycznych treningów sportowych realizowanych 2 x w tygodniu po 1,5h lub 3 x w tygodniu po 1h.

