

Škola, miesto konania: **Lamač - ZŠ Malokarpatské nám.**

## **Kurz: ŠPORTmaniak, BENITIM**



Jedinečný zážitkový športový program, v ktorom deti pod vedením profi-trénerov trénujú počas roka 12 športov. To im umožní vybrať šport, ktorý im je najbližší a najprirodzenejší. V kurze sa deti delia na skupiny podľa veku a skúseností so športom.

Trénované športy: GYMNASTIKA, ATLETIKA, KIN BALL, KARATE/ JUDO, CROSSFIT, FRISBEE, FLORBAL, BEDMINTON, DODGEBAL, BASKETBAL, FUTBAL, HÁDZANÁ, POHYBOVÉ HRY

Veková kategória: **6 - 12 r.**

Frekvencia tréningov: **2x týždenne**

Tréningy: **pondelok a streda o 16:00**

Prihlasovanie a bližšie informácie: <https://benitim.sk/kurzy/sportmaniak/>

### **Kontakt:**

BENITIM – BENI klub, o. z., Prešovská 38/B, Bratislava, benitimpredeti@gmail.com, 0940 825 532, [www.benitim.sk](http://www.benitim.sk)

Škola, miesto konania: **Lamač - ZŠ Malokarpatské nám.**

**Kurz: ŠPORTmaniak - Gumkáči, BENITIM**



Celoročný program športovania pre deti škôlkarskeho veku.

Niekoľko ročná skúsenosť so škôlkarmi nás priviedla k optimálnej skladbe tréningov pre túto vekovú skupinu. Škôlkari potrebujú dynamiku, časté zmeny aktivít, zábavné cvičenia, pestré pomôcky a dobrého láskavého trénera. Najdôležitejší je rovnomerný vývoj celého tela, preto s nimi trénujeme rôzne športy: GYMNASTIKA, ATLETIKA, LOPTOVÉ a POHYBOVÉ HRY + prípravné cvičenia pre KIN BALL, KARATE/JUDO, TENIS, FLORBAL, FUTBAL. Striedaním športov udržujeme záujem dieťaťa, dieťa neunavíme jednotvárnosťou jedného športu a jedného trénera.

Veková kategória: **3 - 6 r.**

Frekvencia tréningov: **2x týždenne**

Tréningy: **pondelok a streda o 17:00**

Prihlasovanie a bližšie informácie: <https://benitim.sk/kurzy/sportmaniak-gumkaci/>

**Kontakt:**

BENITIM – BENI klub, o. z., Prešovská 38/B, Bratislava, benitimpredeti@gmail.com, 0940 825 532, [www.benitim.sk](http://www.benitim.sk)