

Vážení rodičia, od **1.6.2021 (utorok)** organizuje na krytej plavárni v PB

Považskobystrický plavecký oddiel

Základný plavecký kurz

- pre 5 – 18 ročné deti v hlbokoj vode,
- cieľom sú základné plavecké zručnosti – dýchanie, vznášanie, splývanie, skoky do vody, potápanie, preplávanie 10 - 25 m jedným plaveckým spôsobom, základy pl.spôsobov – kraul, znak, prsia, delfín (v závislosti od veku)
- **Termín: 1.6.2021 – 1. 7. 2021,**
- **2x týždenne: utorok, štvrtok 16.00 – 16.45**
- **Počet hodín: 10 (8+2)**
- **Cena kurzu: 50,- eur (8 hodín + 2 hodiny bonus).**
- **1 info stretnutie 1.6. o 15.45 pred krytou plavárňou. Od 16.00 sa bude plávať**
- Po ukončení je možnosť pokračovať v zdokonaľovacom plávaní celoročne.
- Kurzy organizujeme už 15 rokov (naučili sme plávať už viac ako 1000 detí v PB a okolí)
- Tréneri: s platnými trénerskými licenciami Slovenskej plaveckej federácie (SPF) a vodnými záchranárskymi licenciami Slovenského červeného kríža:



PaedDr. Karel Procházka, PhD

- člen sekcie SPF a hlavný tréner reprezentácie SR, bývalý osobný tréner našich olympionikov K. Listopadovej a R. Nagya, súčasný osobný tréner seniorskej reprezentantky SR Nikoľety Trníkovej.

Ingrid Draková

Mgr. Dušan Novák

Bc. Katarína Tomanová

- V prípade záujmu detí je možné pokračovať v kondičnom, zdravotnom, alebo v športovom plávaní v



Považskobystrickom plaveckom oddieli (www.pbpo.sk)

PRIHLÁŠKY, PRÍPADNE BLIŽŠIE INFORMÁCIE NA T.Č. **0915 743 083**