

Vážení rodičia, od **19.09. 2022 (pondelok)** a **20.09. 2022 (utorok)** organizuje na KP v PB

## Považskobystrický plavecký oddiel

# Základný plavecký kurz

- pre deti **2016 a staršie** v hlbokej vode, maximálne 3 deti na 1 učiteľa
- 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
- **Termín: 2x týždenne: 17.00 – 18.00**
- **19.09.2022 – 26. 10. 2022, (6 týždňov) pondelok, streda**
- **20.09.2022 – 27. 10. 2022, (6 týždňov) utorok, štvrtok**
- **Počet hodín: 12**
- **Cena kurzu: 75,- eur**
- Po ukončení je možnosť pokračovať v zdokonaľovaní plávania celoročne.
- Kurzy organizujeme už 17 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 metodickej komisie a asistent reprezentačného trénera Slovenskej plaveckej federácie, bývalý osobný tréner našich olympionikov K. Listopadovej a R. Nagya, súčasný osobný tréner seniorskej reprezentantky SR Nikolety 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, BLIŽŠIE INFORMÁCIE NA T.Č. 0915 743 083**

**NA KURZ JE POTREBNÉ SA VOPRED PRIHLÁSIŤ!!!**