

# ATLETIKA PRO NEJMENŠÍ



## BENJAMÍNCI ročníky 2017 - 2020



Atletický oddíl Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek, z.s. pokračuje v konání tréninků pro nejmenší děti - benjamínky.

**Tyto hravé tréninky jsou určeny pro děti roč. 2017 - 2020.**

**Tréninky probíhají jednou týdně ve více tréninkových skupinách.**

### Co děti čeká

Tréninky pro nejmenší atlety se skládají z různých her a soutěží, při kterých se mimo jiné využívá sada náradí a náčiní pro atletickou školku (pěnová zvířátka, míčky se stuhou, raketky, pěnové oštěpy atd.).

Děti se formou her naučí základní pohybové dovednosti, jako je běhání, házení, skákání a rozvíjí rychlost a obratnost. Kromě toho děti získají nové kamarády.

### Kde budou děti trénovat

Tréninky probíhají jak na atletickém ovále, tak na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimních měsících.

### Kdy budou tréninky probíhat

úterý, středa a čtvrtek      17.30 - 18.30 hodin



### Kdo se bude o Vaše děti starat

S nejmenšími dětmi pracují vyškolení, kvalifikovaní trenéři. Zodpovědnou trenérkou této věkové skupiny je Veronika Siebeltová, tel. 733 426 388

### Jak se přihlásit a kolik to bude stát

Zájemci mohou hlásit přes formulář, který bude na počátku srpna zveřejněn na webu [www.atletikafm.cz](http://www.atletikafm.cz) v sekci tréninkové skupiny-benjamínci. Poplatek činí 400 Kč měsíčně a platí se vždy první trénink v měsíci. Také je možnost zaplatit září až prosinec najednou částkou 1200 Kč na účet 150504124/0300. Variabilní symbol-rodné číslo dítěte, do poznámky uveďte jméno a příjmení dítěte. Zvažte, zda je pro Vás a Vaše dítě vhodnější platit hotově měsíčně, nebo převodem najednou za čtyři měsíce (z hlediska nemocnosti a docházky dítěte).

**Případné další informace najdete na stránkách**

**[www.atletikafm.cz](http://www.atletikafm.cz)**

**v sekci tréninkové skupiny/benjamínci**