

Kedves Szülők!

Gyerek kangoo sportfoglalkozások indulnak a Kőrösi Csoma Sándor Kéttannyelvű Általános Iskolában péntekenként 15:45-16:30-ig a kistornateremben.

A kangoo egy kifejezetten vidám, energizáló sport, javítja a fiatalok általános közérzetét, jól érzik magukat a játékos foglalkozások közben, és nap végén jobb minőségű, pihentetőbb lesz az alvás számukra. A játékos formában végzett testedzés javítja a fiatalok mozgáskoordinációját, és a térérzékelést.

A cipő speciális kialakításának köszönhetően ízületi kímélően fejleszti a gyermekek kondicionális és koordinációs képességét. Az óra játékos, vidám, lendületes, 6 és 12 év közötti fiúknak és lányoknak egyaránt ajánlott. A cipő elnyeli a becsapódás erejének 80%-át, így térd, ízület és gerinckímélő.

A rendszeres sportolás jótékonyan hat a gyermek testi és lelki fejlődésére, egészségmegőrző hatása nem vitatott, javítja a vérkeringést, erősíti a csontozatot, növeli a vér oxigénellátását, segít az egészséges testsúly fenntartásában.

A foglalkozásokat követően a fiatalok képesek lesznek zenés koreográfiák elsajátítására, ahogy a májusi bemutatón is láthatták a gyerekek.

A cipő funkcionális használatához szükséges a minimum 30-as lábméret és 20 kg-os testsúly. Nem ajánlott, ha a gyermeknek nyaki sérve van.

Az első foglalkozás október 6-án lesz, mely egy ingyenes bemutató óra. A cipők korlátozott száma miatt szükséges e-mailban (petra.kangoo@gmail.com) regisztrálni.

A foglalkozásra szükséges: hosszú szárú, nedvszívó zokni és szénsavmentes ásványvíz

A továbbiakban a részvételi díj, mely a kangoo cipő bérletét tartalmazza:

- 1 200 Ft/alkalom
- 5 000 Ft/5 alkalom (érvényesség: 6 hét)

Bármilyen felmerülő kérdés esetén állok rendelkezésre.

Üdvözlettel:

Sövegjártó Petra

aerobik oktató, kangoo jumps oktató, gyerek kangoo oktató, gyerek fitness oktató

petra.kangoo@gmail.com <https://www.facebook.com/petra.kangoo>