

ZAJĘCIA DLA NIEMOWLAKÓW

Instruktor: Magdalena Proch

Woda zwykle sprawia dużą radość, a pływanie to dobra gimnastyka. Pobyt na basenie to także relaks i odskocznia od codzienności dla całej rodziny, a dla maluchów, jak dowodzą lekarze, kontakt z wodą to wzmocnienie odporności i zapobieganie wadom postawy i możliwość rozładowania nadmiaru energii.

Zapraszamy rodziców z maluchami do wspólnej zabawy w wodzie.

Zajęcia odbywają się w poniedziałki w godzinach: 15.50-16.35 (I grupa – grupa zorganizowana) oraz 16.40-17.25 (II grupa – grupa zorganizowana). W trakcie tworzenia jest nowa grupa.

Ćwiczenia na basenie:

- są doskonałą zabawą dla malca – relaksują go zarówno fizycznie jak i psychicznie,
- są gimnastyką dla mięśni i stawów dziecka, która niweluje napięcie mięśniowe pobudzając jednocześnie prawidłowy rozwój gorsetu mięśniowego oraz aparatu kostno-mięśniowego,
- stanowią profilaktykę skrzywień kręgosłupa,
- wzmacniają ogólną odporność młodego organizmu na infekcje i zakażenia,
- wspomagają proces rehabilitacji u dzieci z dolegliwościami kostno-stawowymi korzystnie oddziałując na ruchomość stawów,
- intensywnie wpływają na tempo rozwoju fizycznego i umysłowego dziecka,
- odgrywają ogromną rolę w budowaniu i umacnianiu więzi emocjonalnej między dzieckiem a rodzicami, którzy razem z dzieckiem aktywnie uczestniczą w zajęciach.

Optymalnym wiekiem, w którym można rozpocząć naukę pływania jest przedział wiekowy pomiędzy 3. a 5. miesiącem życia.

Organizacja i zarys ogólny prowadzonych zajęć:

- nauka pływania odbywa się na basenie rekreacyjnym spełniającym wszelkie wymogi higieniczno-sanitarne oraz techniczne konieczne do prowadzenia tego typu zajęć,
- temperatura wody wynosi 31°-34°C, temperatura w hali basenowej na poziomie stałym 29°C,
- każdy uczestnik zajęć powinien mieć specjalną jednorazową pieluszkę (możliwość zakupu pieluszek w sklepiku na pływalni),
- w zajęciach w wodzie razem z dzieckiem uczestniczy rodzic.

Oprac. M. Proch

Zapisy:

Biuro Szkoły Pływania „Trewal”:

Jakub Michalak

tel.: 61 2921485

e-mail: plywalnia@szosir.com.pl

poniedziałek-piątek od 7.00 do 18.00

środa od 10.00 do 18.00

Kasy:

tel.: 61 2921485

Cennik zajęć dla niemowlaków w ramach Szkoły Pływania „Trewal”:

- **KARNET** – płatność jednorazowa (miesięczna) za 4 zajęcia
- zajęcia indywidualne (rodzic + dziecko) – 200,00 zł
- zajęcia w grupie od 4 do 6 par (rodzic + dziecko) – 100,00 zł

Zapraszamy

CENNIK SZKOŁY PŁYWANIA „TREWAL” – ceny zawierają usługę wraz z wejściem na basen dla jednego uczestnika z wyjątkiem zajęć dla niemowlaków i rehabilitacji w wodzie

Powyższe ceny nie dotyczą oddawania obiektów sportowych w najem, dzierżawę lub użyczenie dla potrzeb organizacji zawodów, turniejów, koncertów, zgrupowań oraz innych imprez kulturalnych i sportowych.