



NABÍDKA KROUŽKŮ FIT.NEST POLNIČKA PRO SEZÓNU 2023/24

HUDEBNÍ KROUŽKY

FLÉTNÍČKA: LEKTORKA - VĚRA HORKÁ, pro děti ve věku 5 až 7 let (jinak po domluvě),

Kdy: předběžně pondělí - termín upřesníme přes mailovou komunikaci, nebo osobní schůzku, možnost vyzvednutí z MŠ a ZŠ Polnička

Cena: 900,00 Kč / pololetí

Děti se v kurzu seznámí s flétničkou a zvuky, které umí vydávat s důrazem na správné dýchání, základy hudební nauky a naučí se i jednoduché písničky. Vše formou hravé výuky tak, aby se děti bavily a měly chuť do dalšího muzicírování.

KREATIVNÍ KROUŽKY

TVOŘÍLEK: LEKTORKA - LUCIE BOHÁČOVÁ, pro děti ve věku 5 až 10 let

Kdy: středa od 15.00 do 16.00 hodin, možnost vyzvednutí z MŠ a ZŠ Polnička

Cena: 700,00 Kč / pololetí

Kreativní tvoření zaměřené na hrátky zejména s papírem, nůžkami a lepidlem. Občas použijeme i barvy a tavnou pistoli. Rádi recyklujeme staré materiály, jako jsou ruličky od toaletních papírů, krabičky od kapesníků, stará CD a DVD, odstřížky látek nebo vlnu. A v neposlední řadě využíváme dary přírody, jako jsou šišky, lupínky a lupeny různých barev a velikostí, klacíky atd.. Děti si odnesou spoustu krásných výrobků a dekorací.



SPORTOVNÍ KROUŽKY

SPORTÁČEK: LEKTORKA MGR. JANA HAVELKOVÁ

Sportáček - pro děti ve věku 4 až 7 let

Kdy: pondělí od 15.30 do 16.15 hodin(možnost vyzvednutí z MŠ Polnička), v případě velkého zájmu možné i úterý od 15.30 do 16.15 hodin

Cena: 600,00 Kč / pololetí

Děti se v kurzu naučí zábavnou a hravou formou rozvíjet obratnost, rychlost, koordinaci, vytrvalost a flexibilitu, naučíme se základní gymnastické prvky, hry, básničky a písničky spojené s pohybem, budeme soutěžit.

AEROBIC: LEKTORKA ALENA DUDKOVÁ, pro děti cca 7 až 14 let

Kdy: termín upřesníme přes mailovou komunikaci, nebo osobní schůzku (v obou případech je možné vyzvednutí i vrácení do družiny ZŠ, případně MŠ Polnička)

Cena: 800,00 Kč / pololetí (2 lekce v týdnu)

Děti se naučí základním i složitějším prvkům aerobicu, které budeme skládat do sestav, pracovat budeme i na kondici, flexibilitě a síle. Nabídka lekcí bude pestrá - TRX, spinning, power jóga, bosu, step aerobic, aerobic, tabata, kruhový trénink a podobně. A v této sezóně věřím i v nácvik nové závodní sestavy pro závody MIA festivalu a dalších.

Začátek kroužků je v týdnu od pondělí 18.9.2023.

Přihlášky pošlete do 15.9.2023 na mail dudkovaalena@gmail.com, nebo volejte na telefon 777 05 17 50, kde Vám ráda odpovím i na případné dotazy.



KREATIVNÍ KROUŽKY

PAPÍROVÉ MODELÁŘSTVÍ: LEKTORKA - JANA JŮDOVÁ, pro děti od 1. stupně ZŠ

Kdy: úterý od 15:30 do 16:30 hodin, možnost vyzvednutí i vrácení do družiny ZŠ

Cena: 1300,00 Kč / pololetí + jednorázová cena 400 Kč za modelářské pomůcky, které zůstanou dítěti (nůžky, ocelové pravítko, řezací podložka, šídlo)

Děti se v kroužku mohou těšit na výrobu papírových modelů z vystřihovánek. Stavba papírových modelů podporuje prostorovou představivost a rozvíjí jemnou motoriku. Děti pracují individuálně podle zájmu a dovedností na vybraném modelu/stavby, technika, figurky, dioráma.../. Hotový model si odnesou domů, nebo se s ním mohou účastnit soutěží v rámci ČR.

Kontakt: Jana Jůdová, tel.: 774 036 554

