Atlétikus Alapképzés

_____

jelentkező neve

Időpont: Péntek: 14:00 – 15:00 óráig
Helyszín: Tápiószecső, Tornacsarnok
Első edzés időpontja: 2020. szept. 18.

Érkezés a tanórára: 13:45-kor
Korosztály: 5-8. évfolyam
Vezető Tanár: Czirják György

A foglalkozás célja:

- Általános, az egészség megőrzéséhez nélkülözhetetlen fizikális képességek javítása, fejlesztése.
- A gerincoszlop egészségének megőrzését elősegítő gyakorlatok rendszeres végeztetése.
- Bármely (szárazföldi) sportág sikeres űzéséhez elengedhetetlen motorikus képességek (erő, gyorsaság,állóképesség, hajlékonyság) folyamatos fejlesztése.
- Játékos feladatokkal a mozgás szeretetének erősítése.
- A kötelező testnevelés órai felmérések sikeres teljesítésére felkészülés.

*Jelentkezés esetén a nevezési lapot kérjük **szept. 11-ig (Péntek)** eljuttatni Czirják György testnevelőnek!*

_____

Szülő aláírása

Atlétikus Alapképzés

_____

jelentkező neve

Időpont: Péntek: 14:00 – 15:00 óráig
Helyszín: Tápiószecső, Tornacsarnok
Első edzés időpontja: 2020. szept. 18.

Érkezés a tanórára: 13:45-kor
Korosztály: 5-8. évfolyam
Vezető Tanár: Czirják György

A foglalkozás célja:

- Általános, az egészség megőrzéséhez nélkülözhetetlen fizikális képességek javítása, fejlesztése.
- A gerincoszlop egészségének megőrzését elősegítő gyakorlatok rendszeres végeztetése.
- Bármely (szárazföldi) sportág sikeres űzéséhez elengedhetetlen motorikus képességek (erő, gyorsaság,állóképesség, hajlékonyság) folyamatos fejlesztése.
- Játékos feladatokkal a mozgás szeretetének erősítése.
- A kötelező testnevelés órai felmérések sikeres teljesítésére felkészülés.

*Jelentkezés esetén a nevezési lapot kérjük **szept. 11-ig (Péntek)** eljuttatni Czirják György testnevelőnek!*

_____

Szülő aláírása