



Zimní stadion Náchod

**Jana Paslerová –**

trenérka krasobruslení

nabízí ...

## „Hrátky na ledě“

**VÝUKA BRUSLENÍ PRO ŠKOLY A ŠKOLKY** pod vedením zkušené instruktorky **Jany Paslerové, absolventky FTVS Praha**. Ta je úspěšnou diplomovanou trenérkou krasobruslení, která odchovala řadu mistrů České republiky s dalšími úspěchy i v Evropském poháru. Zabývá se trénováním techniky bruslení malých hokejistů a v letních měsících pořádá kurzy na kolečkových bruslích.

**Forma výuky:** Pozornost při hodině vedené instruktorem je směřována nejen na metodickou řadu základního bruslení, ale také na správné technické provádění jednotlivých cvičebních prvků – to vše zábavnou formou a s použitím pomůcek pro správnou rovnováhu a stabilitu – **ve stylu "ŠKOLA HROU"**. Každý z účastníků je na konci kurzu odměněn diplomem.

**10 lekcí ..... 500,- Kč**

**Je možné využít příspěvky od zdravotní pojišťovny.**

**S sebou: brusle, helmu /stačí cyklistická/, nepromokavé šust'ákové rukavice, pití, drobnou svačinku. Oblečení bych doporučovala s ohledem na aktuální počasí. Nyní na podzim je vhodné softshelové oblečení, ne lyžařské. Podle velikosti bruslí také teplejší ponožky.**

**Začínáme úterý 6. 10. 2019 – děti do 08.00 hod v MŠ.**

**Termíny bruslení – 6.10, 13.10, 20.10, 3.11, 10.11, 24.11, 1.12, 8. 12, 15.12 , 22. 12**