

BERRY Kids

Milí rodiče a hlavně milé děti,
zveme Vás na naše hodiny do tanečního studia



ZUMBATOMIC (Zumba pro děti)

Lil Starz (4 – 7let) pondělí 17:10

Big Satrz (8 – 12let) úterý 16:00

STREET DANCE

Děti 6 – 8let, čtvrtek 16:00

Základy SPORTOVNÍ GYMNASTIKY

Děti 3 – 6let, úterý 15:00

Kurz bude probíhat od 6.2.2012 do 30.6.2012.

Cena kurzu: **1 600Kč** (1x týdně)

2 500Kč (2x týdně)

V týdnu od **23.1. do 27.1.2012** budou probíhat otevřené hodiny,
cena lekce **80Kč**.

Přijďte vyzkoušet, těšíme se na Vás.

Více informací: Mgr. Denisa Klímová, tel.: 777 861 148

klimova@juicyberry.cz

Informace o lekcích:

ZUMBATOMIC

Zumbatomic je speciálně navržená lekce pro děti v doporučené věkové skupině 4 – 12 let. Společnost Zumba Fitness rozdělila věkové rozmezí do dvou primárních skupin:

4 – 7 let Lil´Starz

8 – 12 let Big Starz

Cílem ZUMBATOMIC je rozvinout zdravý životní styl a včlenit fitness jako přirozenou součást dětských životů, nejen jako lekci, kterou navštěvují jednou týdně. Zatímco je cvičení vskutku velmi důležitým prvkem rozvoje v dětství, ZUMBATOMIC rovněž zvažuje ostatní aspekty dětského rozvoje.

Zahrnuje naučit se:

- vedení, respekt, týmovou práci, hrdoost, sebedůvěru a zodpovědnost

Zahrnuje rozvoj:

- koordinace, rovnováhy, disciplíny, paměti a kreativity

STREET DANCE

... aneb tanec ulice či pouliční tanec je pojem zastřešující mnoho tanečních stylů (R'n'B, Hip hop, House dance a další), které jsou populární zejména mezi teenagery a duchem mladými lidmi. Jedná se o velkou rodinu moderních a velmi dynamických tanců, která se objevila v USA přibližně v 70. letech. Jak název napovídá, vznikal živelně na ulici, na školních chodbách a dvorech.

Pro děti jsme připravili ucelený program zahrnující základní taneční průpravu a rozvoj tanečních dovedností. V lekcích street dance se děti budou učit různé styly a techniky streetového tancování. Zároveň se budou protahovat a učit správnému držení těla. Vše doplníme o cvičení na koordinaci a jednoduchou akrobacii.

V tanci dochází k zapojení všech svalových skupin, zlepšení koordinace pohybů, obratnosti, vnímání hudby, rytmiky, flexibility a celkové kondice.

ZÁKLADY SPORTOVNÍ GYMNASTIKY

Děti ve věku 3 – 6 let

Náplní tréninků základní sportovní gymnastiky je naučit děti základním sportovním dovednostem, rozvíjet speciální obratnost, pohyblivost, rovnováhu, smysl pro prostorovou orientaci, naučit děti správnému držení těla a správnému dýchání.

Tréninky jsou tvořeny různými herními činnostmi tak, aby se děti zároveň při pohybu bavily.