



Zajęcia
zimowe

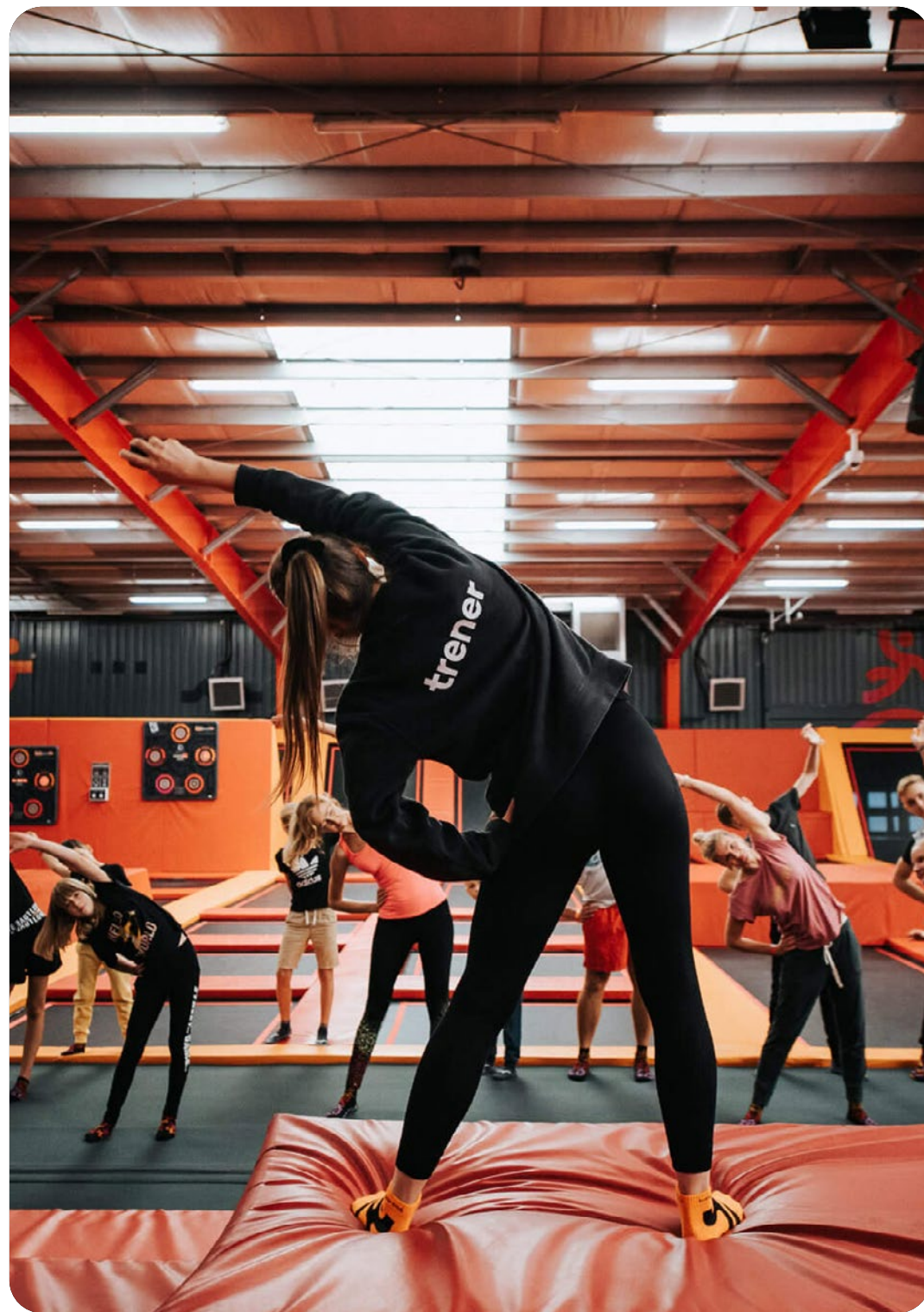
hangar
646



**Jeżeli jeszcze
nie masz planów
na ferie, a Twoje
dziecko chce
aktywnie spędzić
czas, to te zajęcia
są właśnie dla
Niego!**



Wracamy do Was z zajęciami, podczas których uczestnicy będą w bezpieczny sposób uczyć się podstaw gimnastyki i akrobatyki. 🤸





Szczegóły:



I turnus: 19.01 – 23.01

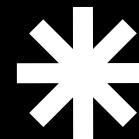
II turnus: 26.01 – 30.01

Wielkość grupy: 12 osób

Przedział wiekowy: 7–14 lat

Czas trwania: 4h / dziennie

Cena: 649 zł / tydzień



Na zajęciach uczestnicy będą przede wszystkim **poprawiać koordynację ruchową, wzmacniać siłę i wytrzymałość** oraz **kształtować poprawną sylwetkę**. 💪

Znajdą się również **zadania pobudzające kreatywność** uczestników oraz takie, w których będą mogli wykorzystać swoje 🎨 **talenty artystyczne**. Nie zabraknie również okazji do rozwijania zdrowej rywalizacji.

**W zależności od lokalizacji,
zajęcia odbywają się
na trampolinach, planszy
gimnastycznej, air tracku
lub na torze przeszkód
i prowadzone są pod okiem
naszych doświadczonych
trenerów.**

Na każdych zajęciach przewidziany jest
poczęstunek dla uczestników w postaci lemoniady
🍋, nieograniczonej ilości wody 💧 oraz drobnych
słodkich lub słonych przekąsek. 🍪



Jeżeli masz dodatkowe pytania dotyczące zajęć
lub Twoje dziecko jest w innym wieku niż podana
grupa, prosimy o kontakt pod adresem 📩

zajecia@hangar646.pl

Plan zajęć



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
10:00	zapoznanie grupy i omówienie zasad	rozgrzewka	rozgrzewka	rozgrzewka	rozgrzewka
10:30	rozgrzewka	trampoliny	akrobatyka na trampolinach	akrobatyka na trampolinach	akrobatyka na trampolinach
	pady na trampolinach				
11:00	przerwa	przerwa	przerwa	przerwa	przerwa
11:30	akrobatyka	trening siłowy i stretching	akrobatyka	trening siłowy i stretching	akrobatyka
12:00	przerwa	przerwa	przerwa	przerwa	przerwa
12:30	zabawy integracyjne	zabawy integracyjne	zabawy integracyjne	zabawy integracyjne	zabawy integracyjne
13:00	przerwa	przerwa	przerwa	przerwa	przerwa
13:30	skoczne kalambury	hangarowa gra wyzwań	DYI: hangarowe breloki	modelowanie z gliny	misja Hangar: poszukiwanie skarbów
14:00					

Zapraszamy do kontaktu

Gocław
Wał Miedzeszyński 646

Targówek
Dalanowska 29

t: 22 299 54 59
e: info@hangar646.pl

hangar646.pl

