

**SPORTOVNÍ PLAVÁNÍ** ZLÍNSKÉHO PLAVECKÉHO KLUBU

**Sportovní plavání na 50m bazéně /šířky/ pro děti od osmi do patnácti let**

* pro děti s dobře zvládnutými základy plavání tří plaveckých způsobů (znak, prsa, kraul), které chtějí dále rozvíjet své sportovní a plavecké schopnosti
* trénink všech plaveckých způsobů – kraul, znak, prsa, motýlek
* zdokonalování plavecké techniky všech plaveckých způsobů, plavání s ploutvemi
* nácvik skoků do vody, startů a obrátek
* možnost účastnit se plaveckých závodů ve svých ročníkových kategoriích
* sobotní trénink v tělocvičně s cviky na zvýšení obratnosti a kompenzačním cvičením
* plavecký výcvik probíhá každý den od pondělí do pátku, vždy od 17:00 do 18:00 hod.
* účast na tréninku **minimálně 2x týdně**, **podle možností každého účastníka až 5x týdně**, tedy každodenně
* celoroční členský příspěvek 4 800 Kč, půlroční členský příspěvek je 2800 Kč
* trenéři Zlínského plaveckého klubu mohou účastníka v případě jeho nedostatečných plaveckých dovedností přeřadit do výcviku v Plavecké přípravce

**ZAČÁTEK TRÉNINKŮ V TÝDNU OD 5. ZÁŘÍ 2022**

**ČLENSKÝ PŘÍSPĚVEK UHRAĎTE PROSÍM NEJPOZDĚJI DO 18. ZÁŘÍ 2022**

* číslo účtu 2100159683/2010 variabilní symbol /rodné číslo dítěte/
* při zahájení se prokážete dokladem o zaplacení a obdržíte kartičku se jménem dítěte pro vstup na bazén

Hodiny sportovního plavání vede Zdeněk Vaněčka s vyškoleným týmem cvičitelů.