



Vážení rodiče, milí sportovci.

Nabízíme Vám účast v projektu

*„Jemnou cestou k přirozenému pohybu – **bezpečné pády - prevence úrazu.**“*

Dvoutměsíční kurz pro děti, žáky 1. stupně základních škol.

- výuka pádových technik, základy sebeobrany přirozeným pohybem, orientace v prostoru, základy akrobacie.

Cílem projektu je naučit děti správně spadnout a nezranit se v běžném životě a sportovních aktivitách.

Po ukončení kurzu a provedení zkoušek, obdrží absolvent certifikát.

Kurz bude probíhat od května do června 2024. V tělocvičně ZŠ na všech tréninkových základnách klubu, vždy v čase tréninku.

Cena kurzu 300 až 400,-Kč., dle tréninkové základny. V ceně je povinné pojištění úrazu prostřednictvím ČSJU.

V průběhu akce budou děti vedeny k uplatňování morálního kodexu juda: Respekt, sebeovládání, odvaha, zdvořilost, čest, skromnost.