

Škola sportu Radka Herota

pořádá Kurz sportů pro děti



Kurz povede Radek Herot a jeho asistenti (na hodině budou vždy dva trenéři a dle náročnosti sportu i více).

Radek Herot je profesionální trenér s více jak dvacetiletou praxí práce s dětmi a závodníky. Působil jako reprezentační trenér, trenér Dukly Liberec a osobní trenér. Se svými svěřenci se účastnil mnoha mistrovství světa, Olympijských her a světových pohárů. Největších úspěchů dosáhl společně s Nikolou Sudovou Matějcovou.

V kurzu si děti vyzkouší různé druhy sportů a získají správné návyky ke sportu a sportování.



Naším heslem je: jen mistři sportu skáčou z dortu.



Jediný sport, který si děti mohou zamilovat je ten, který si mohou vyzkoušet. A od toho jsme tu my. Zasvětíme vaše malé i větší děti do celé řady (více jak 12 sportů, které si vyzkouší, naučí, nebo zdokonalí) sportů. Jaký si později vyberou, bude jen a jen na nich a na vás.

Na kurzu rádi přivítáme každé dítě od 4 do 10 let, případně od 3,5 roku pokud je šikovné. V jedné hodině sportují starší s mladšími pohromadě, jen jsou dle potřeby rozděleni do menších skupin.

Kurz bude probíhat:

- Pondělí 16:30 – 17:30
- Středa 16:15 – 17:15
- Čtvrtek 17:30 – 18:30

Sraz je vždy 10 minut před začátkem hodiny, děti cvičí bez přítomnosti rodičů. Děti jsou vyzvedávány 5 min. po skončení hodiny.

Hodina kroužku bude otevřena, bude-li přihlášeno na hodinu minimální 6 dětí.

Hlavním cílem kroužku je předat dětem poctivé základy, správné návyky a hlavně lásku ke sportu a pohybu, která s trochou štěstí vydrží celý život. Pohyb a zdravý životní styl působí na zdraví a imunitu organismu, což je v dnešní složité době velmi důležité a velká deviza do budoucna. Vedlejším efektem kroužku je pak spousta nových kamarádů se společnými zájmy.

Co děti čeká: kolo, gymnastika, atletika, inline brusle, basketbal, fotbal, lyže a další sporty. Děti se naučí soustředění a trpělivosti, budou se věnovat tréninku stability těla a jemné a hrubé motoriky.

Lyže budou probíhat ve Ski areálu Chotouň u Jílového u Prahy:

GPS souřadnice areálu: **N 49°54,046' E 14°30,820'**

Doporučená výbava:

- Oblečení na sportování + sportovní obuv
- Cyklistické kolo
- Cyklistická helma
- Chrániče na kolena, lokty a zápěstí
- Kolečkové brusle
- Lyže
- Svačina a pití

Zbytek zajistíme my.

Sportování bude probíhat vždy venku, a to na Sportovišti U Lesa v Říčanech a sportovištích v okolí dle sportu, kterému se budeme věnovat. Proto doporučujeme nepromokavé oblečení s sebou do batůžku ☺. Děti jsou zavřené ve školce a škole, doma u úkolů a počítačů, proto budeme venku na čerstvém čistém vzduchu ☺. Pokud bude velmi pršet (průtrž mračen), hodina bude včas zrušena a nahrazena jiným termínem, nebo budou vráceny peníze.

Adresa: Školní 2400/2, 251 01 Říčany.

V případě, že bychom měnili místo kroužku dle sportu, budete vždy předem informováni o místě srazu.

Hodiny se nekonají v době státních svátků, vánočních svátků až do nového roku, jarních prázdnin a letních školních prázdnin. Při jakékoli změně budete vždy dopředu informováni.

Na závěr kurzu dostanou děti malou pozornost, aby věděly, že jsme jeden tým.

Délka trvání kurzu: 2. 9. 2024 – 26. 6. 2025

Ceník:

Děti si mohou kurz na jedné hodině vyzkoušet, kdy se hodina platí na místě. Pak se můžete rozhodnout, jestli bude pokračovat. Cena hodiny je 250 Kč/osobu.

Kurz se platí vždy měsíc dopředu po obdržení faktury.

Příklad fakturace za září:

Pondělí 5 x 250 = 1 250 Kč

Středa 4 x 250 = 1 000 Kč

Čtvrtek 4 x 250 = 1 000 Kč

Kurz probíhá během školního roku a nelze si vybírat jednotlivé měsíce, důvodem je systematická práce s dětmi, aby se toho během školního roku co nejvíce naučily.

STORNO PODMÍNKY: Uhrazená částka je závazná, kurzovné se nevrací (pouze v případě nemoci potvrzené lékařem trvající déle než 3 týdny - nutno dítě omluvit). Při neúčasti na lekci nevzniká nárok na náhradu, více viz. Obchodní podmínky. V ceně kurzu nejsou externí poplatky např. za lyžařský vlek a podobně.



Mgr. Nikola Sudová Matějcová je úspěšná česká reprezentantka v jízdě v boulich. V této disciplíně akrobatického lyžování se zúčastnila několika Olympijských her a získala mnoho pódiových umístění na světových závodech. Zároveň je absolventkou Technické univerzity v Liberci, kde vystudovala pedagogickou fakultu s aprobací učitelství tělocviku a zeměpisu.

Největší úspěchy:

- Stříbrná a bronzová medaile z mistrovství světa
- Stříbrná a bronzová medaile z celkového pořadí světového poháru
- Mnoho umístění na stupních vítězů ve světovém poháru
- Účastnice čtyř Olympijských her, kde se nejlépe umístila na šestém místě

