

Pohybová příprava dětí

Chcete vědět, co může gymnastika nabídnout mladým sportovcům pro rozvoj jejich pohybových schopností a dovedností? Vám všem, kteří pracujete jako sportovní trenéři různých sportovních specializací, jako instruktoři či učitelé tělesné výchovy, přinášíme jedinečný soubor 150 praktických cviků pro děti se zaměřením především na cvičení kondičního a koordinačního charakteru. Cílem těchto aktivit nejsou přesně provedené konkrétní cviky, ale snaha naučit se účelně pohybovat a rozvíjet pohybovou inteligenci.