



*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.*