



ORGANIZACE | SKI & SNB ŠKOLA | INDIVIDY SKI & SNB

PROPOZICE

Preferujete individuální přístup? Ať už stojíte na lyžích či snowboardu poprvé, nebo se snažíte jen vypilovat techniku, pak jste tady správně. Individuální lekce jsou určeny primárně začátečníkům, ovšem i pokročilý borec má stále co zdokonalovat. Výuka lyžování a snowboardingu pro jedince od 5 let věku probíhá v období prosinec – březen primárně na SKI areálu Vaňkův kopec. Lekce trvá 50 minut. Objednávky termínů a místa konání na e-mailu či telefonním čísle 778 485 620.

Z důvodu velké vytíženosti instruktorů v rámci Víkendové školy SKI & SNB přijímáme objednávky na víkendy pouze v prosinci a březnu. Přes týden jsme k dispozici celou zimu mimo termín ostravských jarních prázdnin.

PROGRAM

Klademe si za cíl položit základy bezpečné jízdy a vybavení k ní potřebné. Začínáme na rovince, kde se učíme postoje, pády, postavení a koordinaci. Není výjimkou, že klidně celou lekci strávíme pod svahem. Vše záleží na pohybovém nadání každého jedince. Pevné základy jsou předpokladem pro bezpečnou a dokonalou jízdu. S pokročilými se vždy domluvíme, na čem chtějí pracovat, co by si přáli zdokonalit. Náplň lekce je plně v režii instruktora, který postupuje dle metodické řady.

HARMONOGRAM

Sraz ve Ski areálu (dle domluvy)

Organizační pokyny

Warm up (zahřátí)

Výuka lyžování/snowboardingu

Ukončení výuky

Dotazy a diskuse

CENA OBSAHUJE

50 minut individuální výuky

1x instruktor

PŮJČOVNÉ

Možnost celosezónní výpůjčky za zvýhodněné ceny u naší smluvní půjčovny Jaeger sport (Gurtějevova 8, 700 30 Ostrava)