



## PROPOZICE

Milujete inline bruslení a chcete se dále rozvíjet? Pravidelná aktivita je určena středně pokročilým bruslařům od 5 let. Bruslíme jednou týdně primárně v inline parku SAREZA a Trojhalí Karolina v závislosti na počasí a ročním období. Registrujete se na jednotlivé termíny. Sraz je alespoň 10 minut před začátkem lekce. V případě jakýchkoli změn (z důvodu počasí, akcí, svátků atd.) Tě budeme informovat prostřednictvím SMS zprávy.

**POZOR!!!** Pro mírně pokročilé bruslaře doporučujeme přihlášení na šestitýdenní kurz Bezpečně s Bruslíkem či nedělní Víkendovky.

## PROGRAM

Bruslíkov je o dovednostech na slalomu, pump tracku, na dráze i ve skate parku. Náplň kurzu je plně v režii instruktora, který postupuje dle metodické řady. Cílem je zvládnout jízdu vpřed, jízdu vzad, paralelní zatáčení a bezpečné zastavení alespoň 3 způsoby. Dále je možné rozvíjet se v rámci Víkendovek pro děti. V případě zájmu a nadšení s námi můžeš dále pokračovat v rámci [1. Bruslařského klubu Bud' Inline Ostrava](#).

## HARMONOGRAM

SRAZ NA INLINE PARKU SAREZA/TROJHALÍ KAR.

PŘEZUTÍ A ORGANIZACE

WARM UP (ZAHŘÁTÍ)

VÝUKA INLINE BRUSLENÍ

UKONČENÍ LEKCE

## CENA OBSAHUJE

1 hodina výuky inline bruslení

1x instruktor

Hry a soutěže

\*Pro členy [1. Bruslařského klubu Bud' Inline Ostrava](#) jsou lekce v rámci členství zdarma

## PŮJČOVNÉ

Možnost výpůjčky bruslí, chráničů i přilby

(ceny viz Ceník nebo Rezervační formulář)

V případě jakýchkoli dotazů můžete využít dokument FAQ (časté dotazy) nebo nás neváhejte kontaktovat!