



## PROPOZICE

Preferuješ individuální přístup? Ať už jsi na bruslích poprvé, nebo se snažíš jen vypilovat techniku, pak jsi tady správně. Individuální lekce jsou určeny primárně začátečníkům, ovšem i pokročilý borec má stále co zdokonalovat. Vyučujeme jedince od 5 let věku. horní hranice není stanovena. Individuální výuka probíhá v měsících duben – červen a září – říjen na inline parku SAREZA. Lekce trvá 50 minut. Než se začneme prohánět po okruhu, je třeba si říci pár základních pravidel a něco málo k bezpečnosti. Objednávky na telefonním čísle 778 485 620.

**POZOR!!!** Pro začátečníky je podmínkou přihlášení na skupinové lekce absolvování lekce individuální. Nechceme jedince hned demotivovat neúspěchem ve srovnání se skupinou a současně skupinu limitovat úrovní začátečníka.

## PROGRAM

Klademe si za cíl položit vám základy bezpečné jízdy a vybavení k ní potřebné. U začátečníků probíhá lekce dle metodické řady. Začínáme na trávě, kde se učíme postoje, pády, postavení a koordinaci. Není výjimkou, že klidně celou lekci strávíme na trávníku. 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. Jedna lekce trvá 50 minut.

## HARMONOGRAM

SRAZ NA INLINE PARKU SAREZA

ORGANIZAČNÍ POKYNY

WARM UP (ZAHŘÁTÍ)

VÝUKA INLINE BRUSLENÍ

UKONČENÍ VÝUKY

DOTAZY A DISKUSE

## CENA OBSAHUJE

50 minut individuální výuky s instruktorem

## PŮJČOVNÉ

Možnost výpůjčky bruslí, chráničů i přilby

(půjčovné v ceně lekce)

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