



A.s.d. VVSPORT ORGANIZZA

CORSO DI ACROBATICA PER BAMBINI

VENERDI' 16.10-17.00 ASILO 4-5 ANNI

17.00-18.00 ELEMENTARI

Questa disciplina prevede l'insegnamento dei principi base della ginnastica attraverso un preciso lavoro posturale e attraverso l'esecuzione di esercizi a corpo libero fondamentali per acquisire la tecnica. Aiuta a migliorare la mobilità articolare e la tonicità muscolare in quanto tutti i muscoli vengono stimolati e sollecitati senza privilegiare un gruppo muscolare piuttosto che un altro. Al suolo, ma soprattutto in aria, conoscerete un nuovo modo di saltare, girare, rotolare, cadere e molto altro. La parola chiave è libertà di movimento!



CORSO DI GINNASTICA RITMICA

MERCOLEDI 16.00-17.00 ASILO

17.00-18.00 ELEMENTARI



La ginnastica ritmica è una disciplina sportiva che unisce movimenti di ballo e danza classica ad acrobazie e all'uso di attrezzi come nastri, palle e cerchi. I **benefici della ginnastica ritmica per i bambini** sono molteplici: Migliora la condizione fisica e la flessibilità, fa sentire i bambini in armonia col proprio corpo, migliora la coordinazione e la concentrazione.

CORSO DI VOVINAM VIETVODAO

LUNEDI' 17.00 -18.00 4-9 ANNI

18.00-19.00 10-13 ANNI

GIOVEDI' 17.30 -18.30 ELEMENTARI

18.30 -19.30 MEDIE

Nel **VOVINAM VIỆT VŨ ĐẠO** viene dato ampio spazio ai bambini. Per loro è stato studiato un programma apposito che gli permette di avvicinarsi all'arte marziale in modo costruttivo e divertente senza però perdere la disciplina e il rispetto delle regole. La pratica del Vovinam ViệtVõĐạo favorisce lo sviluppo armonioso di tutti i muscoli e orienta il bambino verso la conoscenza del proprio corpo. Il programma insegnato vede non solo sviluppare la parte fisica acquistando quindi scioltezza e agilità ma aiuta anche a vincere la timidezza e a controllare l'esuberanza.



CORSO GIOCASCSPORT

LUNEDI 16.10-17.00 ASILO

Emozione, Divertimento, Scoperta, Passione, Stupore, Fiducia. Giocando si impara ad essere più coordinati e attenti allo spazio che ci circonda. Corso di attività ludico motorie per bambini dai 3 ai 5 anni.

PROVE a partire da mercoledì' 7 settembre presso PALESTRA COMUNALE LOMAGNA VIA MATTEOTTI 1
cell. 328-5633691 / info@vvsport.it



