



## **Dobrý deň. Sme gymnastický klub Bojovníci z Dolného Kubína. Dovoľte, aby sme v skratke predstavili náš šport, náš klub, našu činnosť a tiež čo môžeme ponúknuť vašim deťom.**

**Prečo práve náš šport?** Gymnastika je základom pohybovej gramotnosti. Všestranná, komplexne rozvíja motoriku, bez rizika vzniku svalových disbalancií, ktoré vznikajú pri športoch s jednostrannou záťažou. Športoví odborníci považujú gymnastiku za pramatku všetkých športov.

**Prečo práve náš klub?** Pretože máme certifikovaných trénerov práve pre šport, ktorý ponúkame. Robíme ozajstnú športovú gymnastiku na súťažnej úrovni, nie len všeobecnú, bližšie nešpecifikovanú športovú prípravu. Naša práca má nadváznosť a deti, ktoré gymnastika zaujme v nej môžu v našom klube pokračovať aj v školskom veku. Čím skôr sa s gymnastikou začne, tým lepšie. To je dôvod, prečo pracujeme aj v materských školách a hľadáme pohybové talenty.

### **Čo je základom našej činnosti?**

- **Gymnastika pre všetkých (GPV)** - v jej duchu začíname v prípravkách. Je to priateľská aktivita nekladúca dôraz na bodovanie - cvičí sa pre rýdzú radosť z pohybu. Výraz pre všetkých zahŕňa tú najväčšiu rovinu, neplatia tu obmedzenia veku, pohlavia, rasy či úroveň trénovanosti.
- **Športová gymnastika (ŠG)** - súťažíme pod záštitou Slovenskej gymnastickej federácie. Štvorboj - prostné, bradlá, kladina, preskok. Inou rečou - premety, výmyky, saltá, šnúry.. Tu sa už naozaj maká, driluje a potí. Žarty bokom 😊

**Tento školský rok chceme v materskej škole obce Lokca otvoriť gymnastickú prípravku. Samozrejme, bude slúžiť aj okolitým obciam.**

Je to veľký krok. Pre nás tým, že sa rozrástie členská základňa, čo iste zaručí objavenie nových talentov. A pre vás tým, že vaše deti budú mať príležitosť zoznámiť sa s týmto krásnym športom. Skúste a nebudete ľutovať.

Viac o nás nájdete na [www.gymnastikadolnykubin.sk](http://www.gymnastikadolnykubin.sk).

V pracovných hodinách môžete volať aj na číslo **0948 555 124**, radi vám odpoviem.

Členský poplatok je 35€ mesačne a minimálny počet prihlásených detí potrebných pre otvorenie kurzu je 12. Verím, že nás bude dosť a tešíme sa na spoločné športové zážitky.

S pozdravom Marek Dobias, predseda klubu

