



# OGNISKO TKKF „ECHO”

ZAPRASZA

**DZIECI W WIEKU 7 - 12 lat**

na zajęcia na pływalni MOS OCHOTA ul. Geodetów 1



⇒ *PODSTAWOWY PROGRAM SZKOLENIOWY obejmuje:*  
**NAUKĘ i DOSKONALENIE PŁYWANIA**



⇒ **I Etap:** Ćwiczenia, gry i zabawy oswajające z wodą

⇒ **II Etap :** Nauka pływania: kraul, grzbiet, klasyczny.

⇒ **III Etap :** doskonalenie w/w technik pływackich



⇒ **Program towarzyszący obejmuje gry, zabawy i konkursy w wodzie,**  
nurkowanie, skoki ze słupka oraz inne zabawy i konkursy, klubowe zawody pływackie

ZAJĘCIA prowadzą instruktorzy pływania studenci i absolwenci Akademii Wychowania Fizycznego

**Piątek: godz. 20.00 – 20.45**

**Odpłatność miesięczna za zajęcia 1 raz w tygodniu - 70 zł/os,**

***Dzieci uczestniczące w w/w zajęciach mogą dodatkowo brać udział w zajęciach ogólnorozwojowych na salce gimnastycznej 45 minut przed zajęciami na pływalni (NIEODPŁATNIE)***

**Warunkiem udziału w zajęciach jest wypełnienie deklaracji członkowskiej i wniesienie opłaty**

**W OKRESIE LETNIM i JESIENNYM w weekendy**

Zapraszamy wszystkie dzieci również do udziału w zajęciach szkółki żeglarskiej OPTIMISTA w marinie Ośrodka Sportów Wodnych AZS w Zegrzu Południowym, ul. Warszawska 45.

- w sesji wiosenno – letniej maj czerwiec
- w sesji letnio – jesienniej wrzesień październik.

**DZIECI OTRZYMUJĄ KOMPLETNĄ ŁÓDKĘ DO ŻEGLOWANIA ORAZ KAPOK**  
dzieci przez cały czas pozostają pod opieką instruktora (na wodzie asekuracja przez motorówkę)



**Odpłatność za udział w jednej sesji 450 zł/osobę – 2 miesiące (zajęcia 2 razy w tygodniu w soboty i niedziele) lub 300 zł (zajęcia 1 raz w tygodniu: w soboty lub niedziele)**

**ZGŁOSZENIA prosimy kierować na adres e-mail:**

[tkkfecho@o2.pl](mailto:tkkfecho@o2.pl) lub [mqkulawiak@poczta.onet.pl](mailto:mqkulawiak@poczta.onet.pl)

**ZAPISY I INFORMACJE - Pani Monika Kulawiak - tel. 506 825 338.**

**Szczegółowe informacje również pod telefonem 783936710**

Strona internetowa: [www.tkkfecho.pl](http://www.tkkfecho.pl) ;