

## BIMBI BELLI

### dětský klub

Cvičení pro radost a zdraví dětí i rodičů.

Kurz trvá 5 měsíců. Nyní probíhá akce 1 měsíc ZDARMA – celkem 6 měsíců.

Lekce trvá 50 minut 1x týdně.

Cena 1900,-Kč pro dítě člena VITA SANA CLUBu, 2500,-Kč pro nečleny.

Cena se nevztahuje na Play Wisely® a Mortimer English Club®.

Přihlášky a informace na recepci Vita Sana Clubu tel.: 776 44 55 66.

#### JUNIOR STAR BIKE

Po: 15:00 (11 - 16 let), výška minimálně 140 cm

Dostat se do kondice jednoduchým a zábavným způsobem při hudbě co Vás baví. Žádné složité pohyby, jen jízda plná zážitku!

#### KIDS ZUMBA

Čt: 15:00 (8 - 14 let)

Taneční pohyby jsou složeny z jednoduchých kroků, které se snadno každý učí a je jednodušší než jakékoli jiné cvičení. ZUMBA se tančí a je oblíbená po celém světě! Mladé slečny ji doslova milují.

#### FIT BALET pro děti

Út: 17:00 (6 - 12 let)

Pro radost a zdraví vašich dětí. Zlepšuje celkovou kondici, podporuje správné držení těla, rytmické cítění a koordinaci pohybu. Být baletkou je tak jednoduché.

#### ATLETIKA HROU

Po: 17:00 (9 - 12 let), St: 15:00 (5 - 8 let)

Je pro děti od 5 do 12 let, kde vaše děti nejen naučíme správně běhat, ale také základy atletické abecedy, hod na cíl, skok daleký ajn. A to, abychom se nejen zapotili a něco naučili, ale také pobavili!

#### SPORTÁČEK

Út: 15:00 (5 - 8 let), St: 16:00 (9 - 12 let)

Sportáček probíhá formou pohybových her a sportovních soutěží, kdy se děti učí zdravé soutěživosti, tolerantnosti vůči druhým při sportování. Součástí je pohybová příprava se sportovními pomůckami pro malé i velké sportovce. Děti vyzkouší celou řadu sportovních aktivit jako např. slalomové dráhy, střelbu na cíl, házení, chytání, spoustu her a soutěží. Obsahem cvičení je především rozvoj pohybových schopností a dovedností dětí i jako doplněk nebo příprava k jiným sportům.

---

### **KIDS AEROBIC**

**St: 13:00 (9 - 12 let), 14:00 (6 - 8 let)**

Dětský aerobik je jednou z mnoha možností, jak dětem ukázat, že i zdraví prospěšný pohybový program může být zábavný a položíme tak základy jejich budoucímu přístupu k pohybu.

---

### **KIDS GYM**

**Po: 15:00 (5 - 7 let), 16:00 (3 - 5 let)**

Během lekcí v naší tělocvičně dáváme dětem dostatek času a prostoru, aby mohly uvolnit přemíru energie a zároveň využily tuto etapu svého vývoje co možná nejlépe. Cílem programu je všestranná pohybová příprava při využití prvků základní gymnastiky, pohybových her a stále se měnících překážkových drah.

---

### **KIDS DANCE ORIENT**

**Čt: 16:00 (7 - 14 let)**

Působí pozitivně na zdraví, rozvíjí přirozenou krásu a podporuje zdravé sebevědomí. Mladé slečny se rázem promění v krásnou Šeherezádu.

---

### **STREET DANCE**

**Po: 14:00 (9 - 15 let), kluci i holky**

Je taneční směr, který zahrnuje různé formy „pouličních“ tanců jako je Hip Hop, Break Dance, New Style a další. V hodinách se děti naučí zábavné taneční choreografie ve stylu hvězdných videoklipů.

---

### **FAMILY GYM**

**Čt: 16:00 (2 - 4 roky)**

Naše hodiny Vás nasměrují k tomu, abyste se svými dětmi prožili nejen aktivní zdravý život v pohybu, ale především společnou zábavu při vzájemné spolupráci. Při cvičení využíváme nejnovější vědecké poznatky o vývoji dítěte.

---

### **RODIČE A DĚTI**

**Út: 9:00 (2 - 4 roky)**

Všeobecný pohybový kroužek pro nejmenší děti a jejich rodiče, který Vás povede jednoduchými sestavičkami nejen do základů tanečního života.

---

### **PLAY WISELY® „Moudré hraní“**

Lekce Play Wisely® jsou intenzivně stráveným časem plným radosti, zábavy a aktivit, které přinášejí maximum zkušeností důležitých pro rozvoj každého dítěte. Pomáhají vyladit přirozenou schopnost dítěte k učení a pohybu. Licenční program je určený dětem od 4 měsíců do 5 let. Více na [www.playwisely.cz](http://www.playwisely.cz), kontakt: [murkova@vitasana.cz](mailto:murkova@vitasana.cz).

---

### **MORTIMER ENGLISH CLUB ®**

---

#### **English for Minis - Angličtina pro mrňousky**

**Út: 14:00 (2 - 4 roky)**

Děti jsou zde zábavně a nenásilně seznamovány s angličtinou pomocí velké spousty pomůcek, her a písniček. Právě v tomto věku je dětský mozek nejvnímavější pro učení se jazykům. Kontakt: [zlin@mortimer-anglictina.cz](mailto:zlin@mortimer-anglictina.cz). Více na <http://www.mortimer-anglictina.cz/anglictina-nejen-pro-deti/>.

---

#### **English for Children - Angličtina pro děti**

**Út: 13:00 (5 - 8 let)**

Atraktivní způsob, jak se naučit anglicky bez námahy a nudného memorování slovíček. Jsou to návazné kurzy, které byly poskládány přesně pro děti od čtyř do deseti let. Staví na uznávané a ověřené metodě kopírující výuku mateřského jazyka. Kontakt: [zlin@mortimer-anglictina.cz](mailto:zlin@mortimer-anglictina.cz). Více na <http://www.mortimer-anglictina.cz/anglictina-nejen-pro-deti/>.