



LA PASSIONE
gimnastyka artystyczna

ZIMOWE ZAJĘCIA ŁÓDŹ 2019

OSiR Angelica, ul. Rzgowska 17A

11-15.02.2019, pn-pt, godz. 9.00-16.30

Koszt: 550 zł

Zapisy: do 10 listopada 2018 kontakt@la-passione.pl, w temacie maila: Zimowe zajęcia-imię i nazwisko Dziecka.

Rezerwacja miejsca: dostarczenie wypełnionej Karty uczestnika zajęć do 20 grudnia 2018 oraz pełna wpłata na nasze konto do 10.02.2019.

Szczegółowy program zajęć: 9.00 zbiórka przy szatni głównej OSiR Angelica (9.00-9.30 czas na przygotowanie się do zajęć)

Poniedziałek

9.30-11.00 rozgrzewka i rozciąganie, elementy z układów, p. Anita Usielska

11.00-11.30 przerwa na lunch

11.30-13.00 akrobatyka, p. Sebastian Błaszczyk

13.00-14.00 basen

14.00-14.30 obiad

14.30-15.00 warsztaty z szycia

15.00-16.30 zajęcia z przyborami (skakanka, obręcz, wstążka), układy z muzyką na dużej planszy, p. Anita Usielska

Wtorek

9.30-11.00 rozgrzewka i rozciąganie, elementy z układów, p. Anita Usielska

11.00-11.30 przerwa na lunch

11.30-13.00 zajęcia z przyborami (skakanka, obręcz, wstążka) układy z muzyką na dużej planszy, p. Anita Usielska

13.00-14.00 basen

14.00-14.30 obiad

14.30-15.00 warsztaty językowe, francuski z p. Mariolą Rajczyk

15.00-16.30, akrobatyka, p. Sebastian Błaszczyk

Środa

9.30-11.00 rozgrzewka i elementy z układów, p. Sebastian Błaszczyk

11.00-11.30 przerwa na lunch

11.30-13.00 akrobatyka, p. Sebastian Błaszczyk

13.00-14.00 gry i zabawy

14.00-14.30 obiad

14.30-15.00 warsztaty językowe, francuski z p. Mariolą Rajczyk

15.00-16.30 rozciąganie, układy z muzyką na dużej planszy, p. Sebastian Błaszczyk

Czwartek

9.30-11.00 rozgrzewka i rozciąganie, elementy z układów, p. Anita Usielska

11.00-11.30 przerwa na lunch

11.30-13.00 akrobatyka p. Sebastian Błaszczyk

13.00-14.00 zajęcia z przyborami (skakanka, obręcz, wstążka), układy z muzyką na dużej planszy, p. Anita Usielska

14.00-15.00 obiad

15.00-16.30 kino Helios Sukcesja (odbiór dzieci z C.H. Sukcesja)

Piątek

9.30-11.00 rozgrzewka i rozciąganie, elementy z układów, p. Anita Usielska

11.00-11.30 przerwa na lunch

11.30-13.00 akrobatyka, p. Sebastian Błaszczyk

13.00-14.00 basen

14.00-14.30 obiad

14.30-16.30 warsztaty make-up i fryzur, przygotowanie do pokazów końcowych

16.30 POKAZY DLA RODZICÓW i oficjalne zakończenie Zimowych zajęć 2019!

Każda Passionelka uczestnicząca w Zimowych zajęciach 2019 powinna posiadać:

- czarny strój treningowy; body, spódniczkę, baletki/napalcówki, długie getry, nakolanniki, bluzę z dł. rękawem-bez kaptura!
- szczotka i grzebień do czesania oraz przybory do czesania koka,
- przybory w pokrowcu; skakanka, obręcz, wstążka,
- jednoczęściowy strój kąpielowy, ręcznik, klapki, foliowy worek na mokre rzeczy, suszarka.
- zabawki, planszówki, kolorowanki itp. na poobiednią przerwę.

i przede wszystkim DOBRY HUMOR I ZAPAŁ DO PRACY 😊

BARDZO PROSZĘ NIE DAWAĆ DZIECIOM TELEFONÓW, TABLETÓW ITP.

oraz jedzenia. Podczas lunchu każde dziecko otrzyma owoc, baton musli i wodę mineralną,

a o godz. 14.00 dwudaniowy obiad i kompot ☺ który wspaniale zjadają po basenie, jeśli nie mają alternatywy w torbie ☺