

TEČAJ KOTALKANJA – PLES NA KOTALKAH

TEČAJ KOTALKANJA oziroma PLES NA KOTALKAH poteka ob glasbi s pripravljeno koreografijo, kjer v ogrevanju razvijemo tehnike kotalkanja z različnimi poskoki, poskoki z obrati, ploskanje s kotalkami.

Kotalkanje že dolgo ni več zabava mladine na dvorišču v toplih dneh, temveč se je prelevilo v vrhunski šport, v umetnost na osmih kolesih, ki je cenovno dostopno za praktično vsakogar.

KOTALKANJE OTROKU PRINESE RAZKOŠJE VRLIN IN GA RAZVIJE V CELOVITEGA ČLOVEKA.

Kotalkanje je priporočljivo že od petih let naprej.

TERMINI:

- ČETRTEK (16.45 – 17.45)
- PETEK (19.00 – 20.00)



Cena plesnega tečaja na kotalkah je 60 € za 8 terminov, cena za člane društva je 55 €. Tečaj bo potekal v športni dvorani ŠD Center Maribor, v mesecu maju in juniju bomo kotalkali zunaj. S tečajem bomo pričeli, ko se bo za posamezni termin prijavilo vsaj 5 otrok, predvidoma bo prva ura tečaja 15.3.2018.

KAKO POTEK TEČAJ KOTALKANJA?

Tečaj traja 1 uro. Prvih pet minut preverimo vso opremo, tako se otroci naučijo, kako si nadeti opremo. Otroci morajo biti sproščeni in se v opremi dobro počutiti. Sledi ogrevanje. Ogrevanje poteka trideset minut preko iger kot so npr.: dan in noč, črni mož, kipi, morski pes in hobotnice, kitajski zid, katastrofe, med dvema ognjema... Ogrevalne igre se seveda prilagajajo glede na znanje. Nato pričnemo s plesnimi koreografijami. Več kot se bomo naučili pravilne tehnike kotalkanja, več iger se bomo lahko igrali in plesali. NA KOTALKAH SEVEDA! 😊

OBVEZNA OPREMA:

- **KOTALKE, DLANČNIKI, KOMOLČNIKI, KOLENČNIKI, ČELADA.**

Za varnost pri kotalkanju in preprečevanju morebitnih poškodb je najpomembnejša oprema!

Prijave sprejemamo na jerneja@gimnastika-maribor.si