**Ponudba prostočasnih dejavnosti za predšolske otroke**

1. **ANDOKAI AIKIDO MALI SAMURAJ – vadba za otroke od 3 do 7 let**:

(Akademija gibanja in veščin, Športno društvo Ando Hirschmann, Savska cesta 34, Kranj)

[www.andogymkranj.si](http://www.andogymkranj.si) , <http://www.andogymkranj.si/otroci/mali-samuraji-od-3-do-7-let/>

051 263 080

Vadba v zgodnjem otroškem obdobju je za gibalni razvoj vašega otroka temeljnega pomena, njeni učinki so nenadomestljivi ( delavnost, samodisciplina, izkušnje, ljubezen do športa ) in predstavljajo osnovo za športno dejavnost skozi celo življenje.

V tem obdobju otroci najhitreje napredujejo v motoriki.  S treningom otroci pridobivajo psihofizične spretnosti, ravnotežje, koordinacijo in moč. Poleg atletske abecede, poligonov, štafet, veliko zabavnih družabnih iger, razvedrila in smeha, spoznavajo tudi osnove borilnih
veščin Aikido/Jiu-Jitsu – prevale, gibanja, enostavne samoobrambne tehnike, ki prinašajo kvalitete kot so boljša koncentracija, samozavest in disciplina.

Kje: Akademija gibanja in veščin, Savska cesta 34 (bivša Trenča), Kranj

Kdaj: torek/četrtek, 16:30 – 17:30

1. **RITMIČNA GIMNASTIKA KRG TJAŠA ŠEME**

Klub za ritmično gimnastiko Tjaša Šeme

info@tjasaseme.si

031 466 600

Ritmična gimnastika je šport, kjer se združujejo prvine gimnastike, baleta in plesa. Ritmičarke odlikujejo sposobnosti, ki si jih pridobijo z vztrajno vadbo: gibčnost, moč, ravnotežje, smisel za ritemin glasbo, izraznost in spretnost. Dekleta se najprej spoznajo s kolebnico, nato obročem in žogo, na koncu pa še s kiji in trakom. Vse vaje z rekviziti se izvaja na glasbo, zato ritmičarke odlikuje tudi povezanost različnih elementov z glasbo ter spretnost z rekvizitom. Namen vadbe je, da dekleta pridobijo motorične sposobnosti, gibljivost, ravnotežja moč in splošno fizično pripravljenost. Obenem se naučijo prvin ritmične gimnastike, dela z rekviziti, izvajanja vaj na glasbo in še veliko več. Ob koncu šolskega leta pripravimo nastop za starše, med letom pa kakšne druge nastope za potrebe vrtcev / šol.

Kdo: predšolske deklice (imamo tudi program za šolske deklice ter rekreativno tekmovalni program - Kranj, Naklo)

Kje: Bušček center Kranj

Kdaj: ponedeljek, 17:15 - 18:15

Cena: predšolski program 22 EUR/mesec

1. **PLESNE URICE STUDIO RITEM**

 <https://studio-ritem.si/novice/plesne-urice/>

Kje: Plesna šola RITEM, Kolodvorska 2, Kranj

Kdaj: ponedeljek 17:00 – 17:45 (pričetek 14.9.2020)

Cena: 19 EUR/mesec

1. **ZAVOD ARTUTRIP – Baletne urice in rojstni dnevi**

[www.artutrip.si](http://www.artutrip.si)

1. **NOGOMETNA ŠOLA NK TRIGLAV**

 Kdo: dečki in deklice 3,5 – 6 let

Kdaj: od 28.9. – 20.6. 2021 (2 x tedensko)

Kje: - športna dvorana OŠ Franceta Prešerna (ponedeljek 15.15 – 17.15)

* športna dvorana OŠ Simon Jenko Center (pri Prešernovem gaju) – petek 17.00 – 18.00)

Cena: 25EUR (vadnina v septembru je brezplačna!)

Kontakt: luka@jecom.si, 031 301 250