

Zajęcia fitness

Nic tak nie wprawia w dobry nastrój jak wyjścia na sale sportową gdzie możemy wspólnie spożytkować naszą energię. Codziennie po skończeniu lekcji zdalnych uczniowie spędzają czas na jednej z sal sportowych takich jak: sala fitness, sala korekcyjna lub duża hala sportowa. Podczas zajęć dzieci mają okazję wziąć udział w przeróżnych aktywnościach związanych z ich zainteresowaniami. Nie wątpliwie największą popularnością cieszy się sala fitness gdzie dzieciaki korzystając z różnorodnych sprzętów do których zaliczamy duże piłki fitness, obręcze, ciężarki, piłki do takich sportów jak koszykówka, siatkówka, piłka nożna, piłka ręczna, a także mini hokej, maty do gimnastyki itp. Dzięki temu poznajemy i utrwalamy zasady panujące w poszczególnych sportach, udoskonalamy umiejętności pracy w grach zespołowych, doskonalimy naszą sprawności fizyczną, a przede wszystkim świetnie się przy tym bawimy.