

Cvičení na trampolínkách pro děti

ve věku od 8 – 12 let

Chcete zvednout Vaše děti z gauče a od počítače?

Proč nezkusit **TRAMPOLÍNKY?**

Je to perfektní cvičení pro děti. Skáčou, baví se a ani nevnímají, že zároveň cvičí! **TRAMPOLÍNKY** poskytují dětem jakéhokoliv věku aerobní cvičení jako zábavu. I když skáčou jen pár minut denně, zlepšují svoji fyzickou kondici, zlepšují svoji vitalitu, zvyšují životní energii, posilují svaly a kosti a podporují svůj imunitní systém. Dobře spí, cítí se lépe a omezují možnost rozvoje obezity, vývinu cukrovky a srdečních problémů v pozdějším životě. Navíc studie ukazují, že děti provozující **trampolínky** se rychleji učí, jsou obratnější, mají lepší koordinaci, balanc, smysl pro rytmus.

**Nabízíme hodiny pro děti 2x týdně ve středu 16,30 h. nebo v pátek
16,30 h.**

1hodina / 49,-Kč

Kontakt: www.squashhk.cz, 604 777 722, 495 271 525