

Otužilí delfíni

Oddíl určený dětem, které chtějí posílit svou imunitu otužováním.

Scházet se budeme v pátek od 14:30 hodin - konec dle aktivity

První schůzka se uskuteční 4. 9. 2022 na zahradě na adrese Vltavská 751

Co děti čeká: otužujeme se vzduchem (otužovací rozcvičky a cvičení, procházky, hry, výlety), vodou (koupání ve Vltavě, rybnících, studené sprchy), sněhem, chodíme do kryokomory, součástí jsou také otužovací OCR tréninky a různé challenge. Snažíme se dětem dělat otužování zábavnou formou.



Pro koho je oddíl určený: děti 2. - 8. třída

Cena: zdarma - děti případně platí akce typu kryokomora, či výlety



Více informací: Roman Kotlín ☎ 605 757 026 ✉ roman@lagunino.cz

Vyplněnou spodní část přihlášky, necht' prosím dítě odevzdá na schůzce



Otužilí delfíni 2022/2023

Jméno dítěte: Datum narození:

Adresa bydliště:

Telefon na rodiče: E-mail na rodiče:

Svým podpisem souhlasím s účastí dítěte na otužovacích aktivitách a otužováním dítěte.

Datum:

Podpis zákonného zástupce: