



## Celoletna vadba Alpske šole v sezoni 2009-2010

Namen Alpske šole je otroke naučiti prvih, običajno najtežjih, in vseh naslednjih korakov na snegu. V okviru organizirane vadbe pod vodstvom učiteljev smučanja ter v družbi sovrstnikov skušamo otrokom približati smučanje in jih navdušiti za ta lep zimski šport.

Alpska šola pa ne predstavlja samo učenja smučanja, ampak vadbo različnih športov skozi celotno leto (od konca avgusta do konca junija). Program zagotavlja otrokom in mladostnikom širok spekter motoričnih znanj, ki niso vezani le na alpsko smučanje.

### Program Alpske šole vsebuje:

- enodnevne smučarske izlete,
- večdnevne prevozne in stacionarne tečaje,
- vadbo v telovadnicah,
- rolanje,
- sobotne športne dneve,
- večdnevne športne tabore,
- tečaj plavanja.

Vadba je namenjena vsem otrokom in mladostnikom (od 4. do 14. leta), ki želijo pridobiti ali izboljšati smučarsko znanje, izboljšati motorične sposobnosti in pridobiti na kondiciji ter se seznaniti s športnim načinom življenja nasploh.

Na sami vadbi otroke razdelimo v manjše čimbolj homogene skupine in vadbo prilagodimo njihovem znanju, sposobnostim in starosti. Naš način dela temelji na individualnem pristopu, kar otrokom omogoča hitrejše napredovanje, hkrati pa jih s skupinskim delom navajamo na (so)delovanje v skupini.

Vadba bo potekala od oktobra do aprila v telovadnici Partizan na Vrhnikih ob ponedeljkih in sicer:

- 16.30-17.30 ure (otroci stari 4-8 let) in
- 16.30-18.00 ure (otroci stari 8-14 let).

### Cena celoletne vadbe za Alpsko šola je 220 EUR.

Za drugega otroka je cena 190 EUR.

Cena vključuje:

- tečaj rolanja (2 krat tedensko september, maj in junij)
- smučarsko telovadbo (1 krat tedensko od oktobra do aprila)
- 1 x sobotni smučarski izlet
- letno članarino za ŠD Vučko.

Ostale tečaje in dejavnosti je potrebno poravnati ob prijavi oz. kot je navedeno v razpisu.

### Dodatne informacije:

- m: 040 600 777, e: [info@sdvucko.com](mailto:info@sdvucko.com)