

Ρ Ο Η Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η

Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών

(Ο.Α.Κ.Α.) – Πύλη Δ

Τηλ: 210 2778151 – 6934 339805



Site: www.roiaquateam.gr

email: info@aquateam.gr

ΠΟΙΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ

- Το σωματείο μας ονομάζεται «ΡΟΗ» και δραστηριοποιείται εδώ και είκοσι χρόνια στην εκμάθηση κολύμβησης σε παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας.
- Συνεργαζόμαστε με πολλά σχολεία και παιδικούς σταθμούς και δραστηριοποιούμαστε στο κολυμβητήριο του Ο.Α.Κ.Α. (Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών).

ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ

- Μαθαίνουμε στα παιδιά να κολυμπάνε σωστά και κυρίως να αγαπήσουν το νερό και τον αθλητισμό.
- Οι γυμναστές μας, όλοι απόφοιτοι της Γυμναστικής Ακαδημίας με ειδικότητα στην Κολύμβηση, φροντίζουν για την ασφαλή διεξαγωγή του μαθήματος καθώς και για την ετοιμασία των παιδιών πριν και μετά το μάθημα.

ΓΙΑΤΙ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

- Η κολύμβηση μαθαίνεται από ηλικία 6 μηνών έως 7 ετών.
- Δυναμώνει το ανοσοποιητικό σύστημα των παιδιών.
- Κλασσική κολύμβηση είναι η βάση για όλα τα αθλήματα του υγρού στίβου.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ – ΣΤΟΧΟΙ

- Σκοπός του μαθήματος η διασκέδαση και η χαρά των παιδιών.
- Δεν παίζει ρόλο η ηλικία, μόνο η εξοικείωση του παιδιού με το νερό μέσα από το παιχνίδι.
- Εκμάθηση σωστών κολυμβητικών δεξιοτήτων
- Εάν υπάρχει πρόβλημα με την προσαρμογή των παιδιών δεν διακόπτουμε το πρόγραμμα, αλλά επικοινωνούμε με τους υπευθύνους.

ΠΟΥ – ΠΟΤΕ

- Στο Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών (ΟΑΚΑ).
- Η πισίνα είναι θερμαινόμενη και πληρεί τις αυστηρότερες προδιαγραφές υγιεινής και καθαριότητας.
- Το μάθημα πραγματοποιείται μία φορά την εβδομάδα σε σταθερή μέρα και ώρα με δυνατότητα αναπλήρωσης αν χρειασθεί.
- Παρέχεται δεύτερο δωρεάν μάθημα για τα συνεργαζόμενα σχολεία και παιδικούς σταθμούς σε ώρες που υποδεικνύονται από τη γραμματεία μας.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ - ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

- Στη διάρκεια του έτους , τα παιδιά, λαμβάνουν από το σωματείο μας καρτέλες προόδου, ώστε να βλέπουν και οι γονείς γραπτώς την κολυμβητική πρόοδο των παιδιών τους.
- Στο τέλος της χρονιάς γίνεται μεγάλη επίδειξη για τους μικρούς μας αθλητές, με μετάλλια και διπλώματα που προσφέρει ο σύλλογος.

ΓΙΑΤΙ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΜΕ ΤΗ ΡΟΗ

- Διότι η κολύμβηση κατά γενική ομολογία είναι ίσως το πληρέστερο άθλημα καθώς γυμνάζει όλο το σώμα , ομοιόμορφα, χωρίς να επιβαρύνει και με την μεγάλη και πολύχρονη εμπειρία μας και την διδασκαλία άνω των 2000 παιδιών ετησίως μπορείτε να μας εμπιστευθείτε τα παιδιά και να είστε σίγουροι για ένα σωστό και επαγγελματικό αποτέλεσμα.

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΥΛΙΚΟ



ΕΠΙΔΕΙΞΕΙΣ





ΔΕΙΓΜΑΤΑ ΥΛΙΚΟΥ



ΚΑΡΤΕΛΑ ΠΡΟΟΔΟΥ

Σχολείο - Παιδικός Σταθμός:

Όνομ/νυμο αθλητή/τριας:

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

	Πολύ καλά	Καλά	Μέτρια
Πλευσιτότητα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Προσάψεις ελεύθερου με σανίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Προσάψεις υπτίου με σανίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ασκήσεις ελεύθερου χωρίς σανίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ασκήσεις υπτίου χωρίς σανίδα	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Αναπνοές	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Βουτιές - εκκινήσεις	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

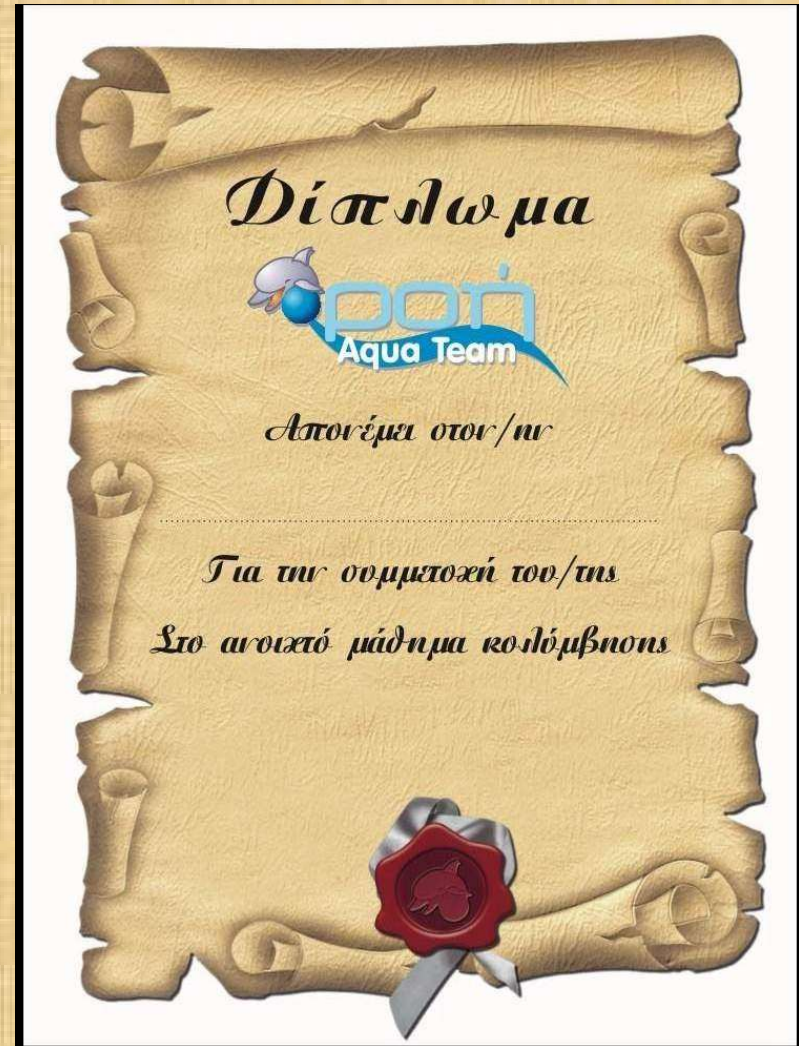
Γενικές παρατηρήσεις:

.....

.....

.....

Ο/Η προπονητής/τρια



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ



Ρ Ο Η Κ Ο Λ Υ Μ Β Η Σ Η
Ολυμπιακό Αθλητικό Κέντρο Αθηνών
(Ο.Α.Κ.Α.) – Πύλη Δ
Τηλ: 210 2778151 – 6934 339805



Site: www.roiaquateam.gr
email: info@aquateam.gr