



Смелые и спортивные дети в BUMP!

Если вы мама или папа растущего, активного малыша, то перед вами обязательно встанет вопрос о его грамотном физическом развитии. Абсолютно все родители хотят видеть своих детей всегда здоровыми, сильными, растянутыми, ловкими и красивыми и мечтают, чтобы безудержная детская энергия была направлена в полезное русло. Клубы BUMP! представляют программу по акробатике и прыжкам на батуте для детей всех возрастов от 1,5 до 16 лет. Группы формируются по возрасту: дошкольники, младшие школьники и старшие школьники. Для детей от 1,5 до 4 лет - специальная программа [«детский фитнес»](#);



□ *Наставления тренера*

В каждое занятие включены прыжки на батуте! На них разучиваются доступные для каждого возраста упражнения. Уже через несколько занятий вы будете удивляться ловкости и смелости своего ребенка. Дети занимаются на профессиональных гимнастических батутах.



Первые прыжки на батуте

Школьникам легко восполнить недостаток движения на наших **тренировках по акробатике для детей** !
Занятия 2 раза в неделю дают превосходный результат, уже через месяц вы не узнаете своего ребенка. Совершенно не важно, занимался ли ваш ребенок спортом раньше или это первая попытка, рост и вес тоже не имеют значения. Главное, чтобы было желание учиться владеть своим телом. Уже через несколько занятий станет понятно как это здорово, переворачиваться через голову и при этом не испытывать страха и каких-то затруднений.



Дети и батуты

Детские тренировки во многом схожи со [взрослыми](#) , включают в себя: разминку, занятия на акробатической дорожке, прыжки на батуте, ОФП (общая физическая подготовка) и растяжку.



Тренер Алина показывает как нужно правильно группироваться

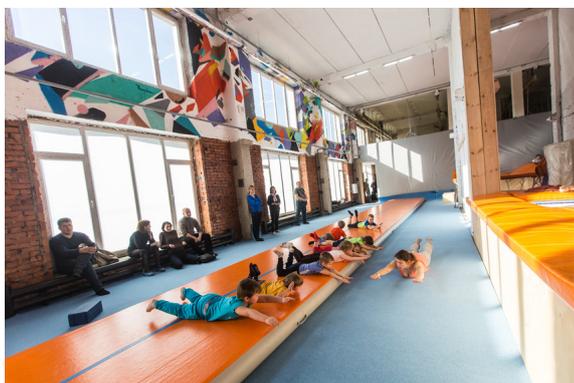
Занятия по акробатике и прыжкам на батуте развивают вестибулярный аппарат, укрепляют мышцы, улучшают способность ориентироваться в пространстве, делают ловким, гибким и смелым, повышает самооценку и придают чувство уверенности в себе.



Упражнения на дорожке

Родители при желании могут наблюдать за ходом тренировки, либо посетить тренировки, которые идут параллельно, например [фитнес на мини-батутах](#) или [растяжку](#).

Продолжительность детских занятий 1.5 часа.



Дети делают «лодочку», родители наблюдают

Ждем маленьких спортсменов на тренировки!

**Предварительная запись не требуется, приходите за 15 минут до времени
указанного в [расписани](#) и**

Наши [цены](#)