

Tilbud til privatskoler

Ang. struktureret gymnastikforløb i Gymnastikkens Hus, Karlskogavej 8

Har I brug for et frisk pust imellem de boglige fag? Så er et gymnastikforløb hos GymAalborg lige noget for jer!

Vi brænder for gymnastikken og mener at det er godt og nødvendigt, for alle børne/unge at bruge deres krop noget mere og vil gerne dele vores passion med jer! Vi mener at alle gymnastikkens grundlæggende og mangfoldige bevægelseskvaliteter og er den rigtige aktivitet at krydre skoledagen med og Gymnastikkens Hus er det det rigtige sted at gøre det!

Hvad er et gymnastikforløb hos GymAalborg?

Et struktureret gymnastikforløb er et forløb med gymnastik, hvor en instruktør tager sig af det praktiske indhold med afsæt i et velbeskrevet pensum.

Vi går op i at eleverne lærer den nødvendige disciplin for at sådan en undervisning kan gå gnidningsløst og sikkert. Vores instruktør sørger for at vise og lære børnene øvelserne samt den disciplin der hører til en gymnastikklub; at gå på række efter træneren/læreren og høre efter når der bliver givet en besked. På den måde for alle meget mere ud af undervisningen og sikkerheden bliver prioriteret.

Hvad er indholdet?

Som udgangspunkt er det redskabsgymnastik børnene bliver introduceret til - dvs. de olympiske 6 redskaber for drenge og de 4 for piger.

Hver aktivitet starter med en god grundlæggende opvarmning af hele kroppen og små udstrækningsøvelser. Små styrkeøvelser bliver også sneget ind gennem lege osv.

I disse redskaber bliver de undervist i de forskellige trin (Guld, Sølv og Bronze). Når de mestrer en øvelse, går de videre til den næste lidt sværere øvelse. Det hele bliver suppleret med lidt mere legprægede og sjove gymnastikstationer som f.eks.:

- Stor trampolin
- Sving i tov og svævebane ud til skumgrav
- Hoppe på trampolinbaner
- Store gummiboldslege i rytme-/spejlsalen
- Det stationære børnegymnastikområde med egen springgrav og rutchebane m.m.

Efter endt forløb vil alle elever få overrakt et diplom for bestået gymnastikforløb.

Hvem er GymAalborg?

GymAalborg er en stor gymnastikforening som for nyligt er blevet færdig med at etablere Gymnastikkens Hus på Karlskogavej 8. Det er en stor gymnastikhal på 1050 m² og med tilstødende klublokaler på 350 m², omklædning og bad. Foreningen blev stiftet i 2016 og har allerede nu vores eget fantastiske sted.

I GymAalborgs "Gymnastikkens hus" er der alt hvad man kan ønske sig til at lave gymnastik. Her kan børns motoriske udvikling og troen på egen formåen få lov at blomstre i fællesskab og samvær med andre børn - og ja, så har GymAalborg dygtige, venlige og hyggelige trænere og ledere.

Her er en **udtalelse fra Skipper Clements Skolen**, som GymAalborg har haft som kunde i en del år:

"Skipper Clement Skolen har arbejdet sammen med Claus Olsen og GymAalborg i omkring 8 år nu. Vi sender omkring 40 børn i alderen 7-9 år til gymnastiktræning hver uge i en samlet periode på et år pr. klasse. De to klasser medbringer deres egne lærere, og GymAalborg leverer faciliteten med specialudstyr og en træner til at træne både børn og lærere. Det har været et meget vellykket samarbejde, og mens børnene har lært mange gode færdigheder og nydt sessionerne, er lærerne som følge af den instruktion, GymAalborg yder, vokset i deres selvtillid til også at undervise i gymnastik. Vi værdsætter partnerskabet højt for det positive bidrag, det giver til skolens idrætsprogram."

*Mvh **Jenny Rohd-Thomsen**, Souschef Skipper Clement Skolen*

Hvad koster det?

Vi tilbyder jer vores kampagnepriser for perioden 14.08.2024 – 28.06.2025

- 3 x 1 lektion = 3.500 kr.
- 5 x 1 lektion = 5.500 kr.
- 10 x 1 lektion = 10.000 kr.
- 20 x 1 lektion = 19.000 kr.
- Hele skole sæsonen 40 x 1 lektion = 35.000 kr

1 lektion er 1-1½ t i hallen, med max 50 børn. Der skal være en lærer/pædagog til at fungere som assisterende træner pr 15-20 børn.

Inklusivt halleje og instruktør.

Se mere i Videoen her

<https://www.youtube.com/watch?v=CfkckyFrDQA>

Med venlig hilsen Claus Olsen / Direktør & Sportschef / GymAalborg
e-mail: clausbytzauolsen@gmail.com / tlf: 22902676.