



BESKID SNOW ACADEMY

Jak wyglądają zajęcia w Zimowym Przedszkolu Beskid Snow Academy i czego nauczy się Twoje dziecko?

Pierwszy dzień zajęć:

Zapoznanie uczestników z zasadami bezpieczeństwa na stoku, sprawdzenie umiejętności i przydzielenie do odpowiedniej grupy

Poziom - pierwsze kroki:

- Nauka samodzielnego zapięcia nart i poruszania się
- Nauka hamowania "pługiem"
- Nauka skręcenia, łuki płużne
- Nauka wyjazdu wyciągiem (taśma, orczyk)
- Doskonalenie jazdy pługiem
- Nauka jazdy po wyznaczonej trasie
- Wprowadzenie do jazdy równoległej
- Mini zawody

Poziom początkujący:

- Dziecko zjeżdża pługiem, wykonuje łuki płużne
- Poprawa pozycji narciarskiej
- Zjazdy z kijkami
- Nauka skrętów równoległych,
- Prawidłowe obciążenie i dociążenie nart
- Nauka jazdy po wyznaczonej trasie
- Mini zawody

Poziom zaawansowany :

- Doskonalenie skrętów równoległych, jazda na krawędziach
- Doskonalenie umiejętności jazdy na krawędziach
- Poprawa pozycji narciarskiej
- Różnorodne formy jazdy na nartach
- Zjazdy slalomem, na tyczkach
- Zawody