

AKRO GYM

AKRO GYM Plus

Program na podporu rozvoje
gymnastických dovedností
u dětí a mládeže v cheerleadingu.



AKRO GYM a AKRO GYM Plus

- Programy na podporu harmonického rozvoje gymnastických dovedností dětí a mládeže v cheerleadingu
- Program je financován z dotačního fondu Českého Olympijského výboru
- Program je určen členům České asociace cheerleaders
- Pomůcky a metodické materiály ZDARMA pro členy ČACH

AKRO GYM

- Podle objemu získaných dotačních prostředků bude pravidelně ČACH dodávat členským týmům sportovní nářadí, náčiní a pomůcky
- Cílem je ulehčení a zefektivnění nácviku gymnastických a akrobatických prvků a tím zvýšení sportovní výkonnosti
- Zajištění bezpečnosti tréninků u dětí a mládeže
- Součástí programu je i výroba metodických materiálů s návodem na užívání pomůcek, které zajistí jejich efektivní využití v tréninkových hodinách

Průběh programu

- Po obdržení splátek dotačních prostředků bude pro členy ČACH zakoupena vybraná pomůcka
- Výběr pomůcek bude probíhat na základě dotazníkového šetření mezi kluby, týmy, trenéry a cheerleaders
- Všechny zakopené produkty musí sloužit k podpoře harmonického rozvoje pohybových dovedností dětí a mládeže v oblasti gymnastika a akrobacie v cheerleadingu

Gymnastická slza

- První dotovaná pomůcka
- Slzička je prvek určen k nácviku přemetů a fliků u dětí a mládeže. Sportovec se položí na slzičku, která se s ním převáží a dochází tak k správným návykům při těchto cvicích. Po provedení cviku se slzička vrátí do původní polohy díky svému vyvážení.



Gymnastická slza



- Sportovec získává správné návyky při provedení pohybového úkolu
- Umožňuje vám efektivněji využít tréninkový čas
- Nahrazuje ruce dalšího trenéra
- Ulehčuje fyzickou námahu při spotrování
- Odbouráva psychologickou zábranu provedení pohybového úkolu

AKRO GYM Plus

- Nástavba programu AKRO GYM
- Určena pro účastníky soutěží ČACH, kteří se účastní minimálně 3 soutěží v kalendářním roce
- Stejná obsahová náplň programu jako u programu AKRO GYM , pouze financovaná z dalšího objemu financí určených mládežnickému sportu, jehož výše bude ovlivňovat kritérium četnosti účasti s cílem podpořit aktivitu mládežnického sportu

Program AKRO GYM a AKRO GYM Plus přináší:

- **Rozvoj** mládežnického sportu
- **Bezpečnost** provádění sportovních aktivit
- **Motivace** dětí a mládeže k výkonům
- **Zdarma** pravidelná podpora a **zlepšování** technického tréninkového zázemí pro členy ČACH
- **Zdarma metodické materiály** pro trenéry sloužící k efektivnímu využití pomůcek