

TENIS

fitness • sport • zdravlje

od 21.09.2021

za djecu od 5-14 god.

atraktivno • korisno

prvi puta i u HR: **top**-metoda-treninga **TFE®** & **top**-kvaliteta

PRVOLIGAŠKI tenis klub CHROMOS-SAVICA

osmislio je i pokreće

NOVI SPORTSKO-PEDAGOŠKI PROJEKT:

TENNIS-4-LIFE

za svu zainteresiranu djecu od **5-14 godina**

ovaj **kompleksni integralni (holistički) teniski** trening daje vašem djetetu **najširu bazu** neophodnu za kvalitetan razvoj samog **TENISKOG SPORTA** i **MNOŠTVO DRUGIH** **motoričkih, psihofizičkih, karakternih i socijalnih kompetencija**, a pogotovo vrijedno i svrsishodno za cijeli život: **navođenje na zdrav i vitalan način života, prehrane, jačanja imunog sistema, etc..**

projekt i trening vodi internacionalno uspješan i iskusan profi-trener **Prof. Željko Smičiklas** (prijašnji trener državne reprezentacije do 14 g.) koji je trenirao profi igrace i reprezentacije na 2 kontinenta.

Kvaliteta treninga **TFE®** metode profesora Smičiklasa premirana je internacionalno 3 puta s najvišim predikatom "sehr gut"

UPISI i PRIJAVE na:

095-362-7476 ili E@smiciklas.com

INFORMATIVNI DEMO-TRENING 21.09.u 18:30

BESPLATNI TJEDAN TRENINGA od 23.-29.09.



TENIS-PROJEKT

Želimo **KONTINUIRANO** regrutirati, trenirati i sportski odgajati **VLASTITE** talente po najvišim sportsko-pedag.-standardima.

CILJ

Djeci i roditeljima dati **ultimativnu kvalitetu treninga** i "svega oko treninga"

u našoj **INTEGRALNOJ* TENIS & SPORT-ŠKOLI "TENIS-4-LIFE"**

Vaša djeca uče i treniraju u jednom zaokruženom sistemu ne samo **tenis** nego i **fitness**, **mentalne vještine**, kako **prevladavati probleme**, **socijalnu kompetenciju**, **marljivost**, **ustrajnost**, **autokontrolu**

SMISAO

Pružiti djeci što **širu izobrazbu krajnje korisnih vještina i osobina za tenis, zdravlje, ali i za život i izvan tenisa.**

Neki se odlučuju za smjer natjecatelja, a neki za rekreaciju..., ali **SVI će razviti zavidne vještine tijela, duha i karaktera**

METODA & METODIKA

naša jedinstvena **TFE® -Trening-Metoda** (razvijena od **voditelja škole Prof. Željka Smičiklasa**) konkretna je integracija **tjelesnoga, kognitivnoga** (razvoj situacione inteligencije, sinestetičko učenje, etc,...) i **konativnoga** (karakterno-emotivnoga / kontrola emocija, razvoj samopuzdanja, stres-rezistencija,...)

Takav višeslojni trening daje **vidljive rezultate** vašem djetetu za sport, školu, ali i za **život u svim vidovima**, pa i za kasnije profesije

SISTEM

Trening **prioritetno** mora vašu djecu **veseliti, motivirati i privlačiti**. Djeca se razvijaju u različitom tempu -treniramo **BEZ** stresa.

U području fitnessa roditelji će po potrebi **dobiti i šire savjete trenera o** uočenim **razvojnim detaljima** (kao npr. držanje tijela, korekcije u lokomotornom aparatu, prijedloge za bolje fokusiranje na zadatke kod kuće, etc...)

Podučavaju se i **smjernice zdravog života, prehrane, tehnike disanja**, jačanja imunog sistema, ... itd....

Tako svi igrači - uz zavidnu kvalitetu tenisa - formiraju **za cijeli život** neprocjenjive navike **zdravog života**. Čak i **u poslovnom svijetu** tenis često dobro dođe i ponekad može značajno **"otvoriti vrata"** !



ORGANIZACIJSKI

- 1. PRVI i BESPLATNI DEMO-Trening** je u **UTORAK 21.09.** u vašoj školi u **18:30** i traje 60-75 min. Pozvani i svi roditelji !
- 2. PRVI i BESPLATNI TJEDAN TRENINGA** od **23.-29.09.** Termine definiramo na DEMO-treningu po dogovoru s roditeljima
- 3. REDOVITI ZIMSKI SEMESTAR TRENINGA** od **CET 30.09.** Na izbor: 1x na tjedan 90 min (299 kn mjesec) ili 2x 60* (399 kn)
Treninzi se održavaju od tada redovito do kraja školske godine
- Tijekom ljetnih praznika djeca koja još ne odlaze na godišnji odmor nastavljaju treninge ili se u njega uključuju po povratku.
- Početak nove školske godine u jesen, trening se nastavlja

Tijekom uskršnjih praznika organiziramo tradicionalni tjedni **proljetni "kamp" na moru** za sve zainteresirane polaznike **I ZA RODITELJE**. Za roditelje separadni programi tenisa, fitnessa i regeneracije.



Za djecu koja tokom zimskih i ljetnih **pauza između** semestara ne odlaze na put, organiziraju se **"kampovi"** - intenzivni **polu- ili cjelo-dnevni treninzi sa dodatnim zabavnim sadržajima** u trajanju od 3-5 dana u tjednu

VAŽNO:

Molimo zainteresirane roditelje, koji su **već sigurni** da žele upisati svoje dijete, da se jave Treneru **I PRIJE DEMO TRENINGA**, zbog optimalnih termina.

Teniski Klub CHROMOS-SAVICA

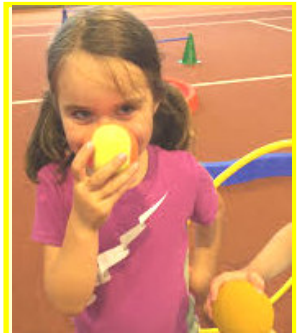
vaš je "prvi susjed". Upišite vaše dijete sa povjerenjem. Razvit ćemo talent vašeg djeteta maksim. stručno i brzo.

Programi za sve uzraste i kategorije. Rekreacija i za roditelje



Teniska igra iziskuje dugogodišnji trening. Tu pratimo vaše dijete-

Da bi komunikacija sa **vama roditeljima** bila što kvalitetnija, **kontaktirajte i konzultirajte odmah za sve upite našeg voditelja škole prof. Željka Smičiklase 095-362-7476**



INFO-TERMIN i DEMO TRENING

21.09.2021 u 18:30

TRENINZI se ODRŽAVAJU u OŠ BOROVJE

1x ili 2x tjedno u danima **UTO - SRI - ČET**
po satnici koja će se definirati **TEK NAKON**
vaših prijava - da bi se pronašli adekvatni termini
koji polaznicima vremenski odgovaraju

PRVI INFO-DEMO trening:

UTORAK 21.09. u 18:30

(za svu zainteresiranu djecu i roditelje)

PRVI BESPLATNI TJEDAN treninga:

ČET 23.09. - SRI 29.09.

REDOVITI TRENING od:

ČET 30.09.



Voditelj škole: Prof. Željko Smičiklas

- Prof. sportskih nauka
- Pro-Coach ATP & WTA
- Mentalni- & Yoga Trener
- HR-D-USA "A-trener"-licenca
- Fitnes Expert- & Pers. Coach
- Nutritionist & Seminar Coach

095-362-7476

E@smiciklas.com • **www.smiciklas.com**

