

توجه توجه 🎺🎺🎺🎺🎺 🌹

شنبه ها و دوشنبه ها
ساعت ۱۱ الی ۱۲

جهت ثبت نام 🌹👉
پرداخت شهریه به شماره کارت 👉

5029081009017563

مرضیه ورزدار

09127677006

مدیریت باشگاه بانوان ستاره شهر
عکس فیش با نام و نام خانوادگی ورزشکار و رشته
ورزشی انتخاب شده در روبیکا یا ... ارسال شود. ✅

شروع ثبت نام کلاس های تخصصی بازی و ورزش کودکان
باشگاه ستاره شهر★

با مربیگری خانم زهرا فرهادکیائی مربی رسمی بازی و
ورزش کودکان از فدراسیون ورزش های همگانی

کارشناس علوم ورزشی و دبیر تربیت بدنی
رده سنی ۳ تا ۶ سال (دختران و پسران)
اهداف کلاس 

-  افزایش سطح فعالیت بدنی کودکان
-  سلامت جسمانی و روانی کودک
-  توسعه سواد بدنی کودکان
-  کمک به پرورش ورزشکاران و توسعه ورزش از سنین پایه
-  استعدادیابی از سنین کودکی
-  تقویت مهارت های بنیادی کودک (مهارت های جابه جایی، دستکاری و استواری) و...
- #بازی_و_ورزش_کودکان

در باشگاه بانوان ستاره شهر   به آدرس
استان البرز شهر نظرآباد خیابان الغدير شمالی روبروی
غدير ۲۶ کوچه یاس ۶
مزایای ورزش کردن در باشگاه بانوان ستاره شهر 

-  باشگاه از صبح تا شب ویژه بانوان و کودکان هست 
-  مربی در طول سال با پرداخت هزینه در کلیه کلاس 
-  های ارتقاء، شرکت و مربیگری خود را به روز می کند 

✓ در صورت قطعی برق باشگاه مجهز به برق اضطراری میباشد که هر هفته باید هزینه پرداخت کنیم تا شارژ شود ♦

✓ کلاس های ستاره شهر فقط ورزش نیست بلکه آموزش مربیگری هم هست و تخصصی کار می شود ♦

✓ باشگاه هر روز نظافت می شود و هفته ای یک بار با الکل ضد عفونی ♦

✓ اگر ورزشکاری آسیبی داشته باشد مربی در همین کلاس های عمومی برای درمان ، حرکات اصلاحی به ورزشکار آموزش می دهد که هم تقویت شود و هم درمان ♦

✓ مربی علاوه بر آموزش سر وقت کلاس، برای پیشرفت بیشتر ورزشکار مطالب مفید، آموزنده و گلچین شده در گروه قرار می دهد ♦

✓ مربی هر جلسه با طراحی برنامه وارد کلاس می شود و کلاس هدفمند میباشد.

آدرس پیج اینستاگرام باشگاه بانوان ستاره شهر👉 و معرفی کلیه کلاس های بانوان و کودکان و قهرمانی های باشگاه ستاره شهر ♦

bashgah_setareh_shahr

فدراسیون پزشکی ورزشی 📌

<https://insurance.ifsm.ir/UserOnline/Login>

ورزشکاران عزیز حتما بیمه های خود را تحویل مربی یا

مدیریت دهید 🌹

هم میتونید از کافینت بیمه ورزشی بگیرید و هم با موبایل

خود 🌸

لطفا شهریه خود را سر تاریخ مشخص شده به این شماره

کارت واریز کنید و عکس فیش و به این شماره در واتساپ

ارسال کنید .

6280231551509523

مرضیه ورزدار

🌸 09127677006

سپاس از همکاری شما ورزشکار عزیز 🙏🌹

