

ΑΙΤΗΣΗ ΕΓΓΡΑΦΗΣ ΜΕΛΟΥΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΓΓΡΑΦΗΣ :

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΕΛΟΥΣ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΝΑΡΞΗΣ:

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ

ΤΜΗΜΑ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΕΠΩΝΥΜΟ

ΟΝΟΜΑ

ΟΝΟΜΑ ΠΑΤΡΟΣ

ΟΝΟΜΑ ΜΗΤΡΟΣ

ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ

ΤΟΠΟΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ

ΔΗΜΟΣ

ΤΗΛ/ΚΙΝΗΤΟ

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ

ΑΦΜ/ΔΟΥ

Προηγούμενη αθλητική εμπειρία στο άθλημα της κολύμβησης:

Τόπος εκμάθησης:

Έτη αθλητικής εμπειρίας στο άθλημα της κολύμβησης:

<u>ΚΩΔ</u>	<u>ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ</u>	<u>ΕΤΟΣ ΓΕΝΝΗΣΗΣ</u>	<u>ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ</u>	<u>ΜΗΤΡΩΝΥΜΟ</u>	<u>ΤΜΗΜΑ</u>

ΙΑΤΡΙΚΑ ΔΙΑΠΙΣΤΩΜΕΝΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ

ΚΑΡΔΙΑΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ

ΔΕΡΜΑΤΟΠΑΘΕΙΕΣ

A.M.E.A.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ COVID 19

ΣΤΟΧΟΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ

- Ηλικίες 1-4 : Εξοικείωση με το νερό.
- Ηλικίες 5-6 : Εκμάθηση ελεύθερου & πρόσθιου στυλ
- Ηλικίες 6-8 : Σταθεροποίηση ελεύθερου & πρόσθιου στυλ, εισαγωγή στο ύπτιο.
- Ηλικίες 8+ : Εισαγωγή στη πεταλούδα και τελειοποίηση των βασικών τεχνικών κολυμβητικών ικανοτήτων σε όλα τα στυλ.

Απαραίτητη προϋπόθεση της επίτευξης των παραπάνω στόχων είναι το κολυμβητικό επίπεδο και οι φυσικές προσαρμογές του κάθε παιδιού (π.χ. Παιδί ηλικίας 8 χρονών αρχάριο, είναι απαραίτητο για τη σωστή εκμάθηση του να πραγματοποιήσει αρχικά τους προηγούμενους στόχους και έπειτα τους στόχους που αναφέρονται στην ηλικία του)

Λόγω της φύσης του αθλήματος πολλοί μικροί κολυμβητές εγκαταλείπουν εξαιτίας της μονοτονίας και της πίεσης στη προπόνηση. Χρειάζεται ΥΠΟΜΟΝΗ!!!!

Υπογραφή Κηδεμόνα