

קורס מדריכי התעמלות אסתטית קבוצתית - חולון
בי"ס "עתידי" שמחים להודיעכם על פתיחת המחזור הראשון של
קורס מדריכים בהתעמלות אסתטית קבוצתית (AGG) !

צוות מאמנות

אירה ויגדורצ'יק:

מאמנת אולימפית של שלוש אולימפיאדות.

מאמנת אלופות אירופה ועולם.

מאמנת של נבחרת רוסיה.

מאמנת ראשית של התעמלות אסתטית בישראל.

בר שפוצניקוב:

פיינליסטית אליפות עולם 2019 בהתעמלות אומנותית.

משתתפת באליפויות אירופה בהתעמלות אומנותית.

מאמנת של התעמלות אסתטית בישראל.

רקע על הענף:

- התעמלות קבוצתית אסתטית היא ספורט המבוסס על תנועות מסוגנות וטבעיות של כל הגוף. הספורט משלב אלמנטים הרמוניים, קצביים ודינמיים המבוצעים בחן ובכוח טבעיים. יש זרימה מתמשכת מתנועה אחת לאחרת, כאילו כל תנועה חדשה באה מהקודמת.
- תחום התעמלות זה פותח מ"התעמלות נשים" שמקורה בפינלנד. הענף מזכיר את ההתעמלות האומנותית, אך ישנם כמה הבדלים משמעותיים: בהתעמלות אסתטית הדגש הוא על תנועת גוף גדולה ורציפה והקבוצות גדולות יותר.
- צוותי ההתעמלות האסתטית הקבוצתית מורכבים לרוב מ 6-10 מתעמלות. יתרה מזאת, אין שימוש באביזרים (כגון: כדור, אלות, סרט, וחישוק).
- הספורט דורש איכויות גופניות כמו: גמישות, שיווי משקל, מהירות, חזק, קואורדינציה ותחושת קצב בהן מודגשות תנועות הגוף בזרימה, באקספרסיביות ובאסתטיקה.
- ביצוע טוב מתאפיין באחידות ותזמון, תוכנית התחרות מורכבת מתנועות גוף מגוונות ורבות, כמו גלי גוף ונדנדות, איזונים וסיבובים, קפיצות וניתורים, צעדי ריקוד והרמות.

הקורס עתיד להתקיים בחולון, בסיומו תהיו מדריכים מוסמכים, ותוכלו להדריך בענף!

תנאי קבלה:

- גילאי 16+.
- אישור בריאות חתום על ידי רופא משפחה שניתן לבצע פעילות גופנית.
- ניסיון בתחומי ההתעמלות והריקוד השונים
- ניסיון בהדרכה בענפי ספורט שונים.

עלות הקורס:

3,300 שח + 300 שח (דמי הרשמה).
סה"כ 3,600 שח

תאריכים:

ניתן לראות באתר את תאריכי ושעות הקורס, ייתכנו שינויים בל"ז.

טפסים ומסמכים:

אישור בריאות מרופא משפחה – שהנכם בריאים ויכולים לבצע פעילות גופנית (אישור סטנדרטי מקופ"ח).

מבנה הקורס:

המבנה הכללי כולל לימודי תורת הענף, לימודי מדעים (אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה, ופסיכולוגיה) וכך לימודי עזרה ראשונה.
**במידה ויש לכם רקע בלימודים/כרטיס עזרה ראשונה על לימודים של 28 שעות יש לעדכן אותנו הנושא ייבחן ובהתאם יינתן פטור.

תנאי תשלום:

בעת הרישום יש לשלם את דמי הרישום בסך 300 שח על מנת לשריין את מקומכם בקורס.
לקראת פתיחת הקורס יישלחו קישורי תשלום.
דרכי תשלום שכר לימוד -
העברה בנקאית / כרטיס אשראי / מזומן / צ'קים (עד 5 תשלומים לא כולל ריבית).

מספר המקומות מוגבל!

בברכת הצלחה,

"עתיד" – בי"ס להסמכות בע"מ

וצוות המאמנות