



НАШІ ТРЕНЕРИ

Тренери Американського Гімнастичного Клубу в минулому титуловані спортсмени, чемпіони та призери багатьох міжнародних змагань з гімнастики, акробатики та стрибків на батуті, які мають звання майстрів спорту, майстрів спорту міжнародного класу та заслужених майстрів спорту. Всі тренери мають вищу спеціальну освіту і професійну підготовку, досвід роботи як в Україні, так і за кордоном. Американський гімнастичний клуб проводить регулярні заняття з навчання та підвищення кваліфікації тренерів клубу по американській та канадській системі роботи з дітьми в рамках програми «Gymnastics for All». Всі співробітники клубу мають сертифікат по наданню першої медичної допомоги.

ГНУЧКА СИСТЕМА ТРЕНУВАННЯ

В процесі занять інтереси дітей можуть змінюватися, вони можуть вільно вибирати спеціалізацію в одній дисципліні або переходити до іншої. Ті, хто здатний впоратися з основними вправами, можуть далі освоювати більш складні, а також за допомогою систематичних тренувань і посиленої роботи, можуть підвищити рівень фізичної та технічної підготовленості. А ті, хто не прагне досягти високих спортивних результатів, можуть продовжувати займатися для підтримання спортивної форми. Зміст занять може бути змінений та адаптований відповідно до потреб та інтересів особистості, таких як підтримання спортивної форми на досягнутому рівні, досягнення високих спортивних результатів в гімнастиці або ж в іншому виді спорту. Кожен може займатися гімнастикою протягом усього життя!



СПОРТИВНИЙ ЗАЛ СВІТОВОГО РІВНЯ І ПЕРЕДОВА ТЕХНІКА

Повністю оновлений зал, площа якого складає 500 кв. м., відповідає усім найсучаснішим вимогам.

Безпека понад усе! Американський Гімнастичний Центр оснащений новітнім обладнанням від GYMNOVA (офіційний постачальник Олімпійських ігор, чемпіонатів Світу та Європи).

Якісне та сучасне обладнання робить заняття максимально комфортними. Єдиний в Україні спортивний зал відповідає абсолютно всім міжнародним нормам і вимогам безпеки.

У залі працює система підтримки комфортної температури і вологості повітря, є камери відеоспостереження. Більш ніж 100 одиниць обладнання – від світового виробника гімнастичного обладнання GYMNOVA (Франція), спеціально розроблена серія обладнання EDU GYM by GYMNOVA для наймолодших відвідувачів залу (1,5–4,5 років) складається з великої кількості обладнання яскравих кольорів, які викликають шквал позитивних емоцій у дітей. Виготовлені з цілковито безпечних матеріалів згідно з світовими стандартами якості.

Також сучасна система пожежної безпеки, комфортна зона очікування для батьків з моніторами, на які передається зображення з камер спостереження залу, сучасний дизайн.



American
Gymnastics
Club



GYMNASTICS FOR ALL

Новий напрям масового спорту під назвою «ГІМНАСТИКА ДЛЯ ВСІХ»

НАЙПОПУЛЯРНІША В США
ГІМНАСТИКА ТЕТЕР В УКРАЇНІ!

SPORT IS FUN
СПОРТ – ЦЕ ВЕСЕЛО

☎ (044) 333 7101

@ kievagc@gmail.com

🌐 www.agclub.com.ua

📍 Вул. Фізкультури, 1, корпус 3
Київ, Україна, 03150

**FREE
TRIAL**
СПРОБУЙ
БЕЗКОШТОВНО

Американський Гімнастичний Клуб стартував в Україні. ХТО МИ?

Вперше в Україні починає роботу Американський Гімнастичний Клуб (American Gymnastics Club) – єдина в країні мережа спортивних клубів, яка базується на Розвивальній Гімнастиці (якщо вирішили почитати в гуглі – «recreational gymnastics»). Саме її використовують для тотального оздоровлення населення.



КОЛИ ПОЧИНАТИ І КУДИ ЙТИ?

Найкраще – прямо зараз, скільки б років Вам та Вашій дитині не було. Клуб розташований на території Національного університету фізичного виховання і спорту України (корпус 3, поверх 3). Зручне місце розташування, центр міста, близькість до метро та громадського транспорту, можливе паркування на території, що цілодобово охороняється (для членів клубу). Ви можете абсолютно безкоштовно відвідати пробне заняття! Просто зателефонуйте за номером телефону (044) 333 71 01.



Пробне
заняття –
безкоштовно!

ПРОГРАМИ ДЛЯ ДОШКІЛЬНЯТ (від 1,5 до 5 років)

Parents & Me / Батьки та Я

Заняття для наймолодших 1,5–2,5 років.

Ці заняття для малюків, їхніх батьків та тренерів. В умовах проведення безпечних занять з висококваліфікованими тренерами Ваша дитина буде розвиватися не лише фізично, а й розумово, адже система тренувань та комплекси вправ побудовані в ігровій формі, щоб їй було цікаво розвивати фізичні навички та здібності, потрібні не лише у спорті, а й у житті.

Toddlers / Малюки

Заняття для малюків 2,5–3,5 років

Ця весела програма складається з рухливих навчальних ігор, хореографічних вправ, індивідуальних вправ на спеціальному ДИТЯЧОМУ гімнастичному обладнанні, а також танцювальних і гімнастичних загальнорозвивальних вправ.

Kinder Gym

Заняття для дошкільнят 3,5–4,5 років

Програма для дошкільнят фокусується на формуванні рухових навичок, вивченні різних гімнастичних рухів, творчому самовираженні дитини та розвитку впевненості у собі. Основи гімнастичних вправ для удосконалення вестибулярного апарату вивчаються у веселій ігровій формі з використанням музичного супроводу, а також з допомогою виконання вправ на спеціально організованих «станціях». На занятті, тривалістю 55 хвилин, діти займаються на адаптованому до їхнього віку, обладнанні та за спеціально розробленою програмою.

Beginners / Новачки

5–18 років

Заняття для початківців призначені для хлопчиків і дівчаток у віковій категорії від 5 до 7 та від 8–10 років, що розраховані на дітей, які раніше не займалися гімнастикою або ж мають незначний досвід. Заняття в невеликих групах під керівництвом досвідченого тренера принесуть не лише радість Вашій дитині, а й справлять позитивний вплив на її фізичний та соціальний розвиток. В процесі занять, діти розвивають координацію рухів, пізнають радість володіння власним тілом, опановують навички загальної моторики, знайомляться з безліччю гімнастичних снарядів, які використовуються як в жіночих, так і в чоловічих видах гімнастики. Заняття проводяться у веселій і творчій атмосфері. Деякі учні можуть бути переведені на більш прогресивну програму за рекомендацією тренера.



Progressive Gymnastics / Прогресивна гімнастика

7–18 років

Гімнастика для прогресивних. Заняття призначені для дітей з попереднім досвідом занять гімнастикою і бажанням підвищити свій рівень майстерності. Дівчатка і хлопчики, які займаються в цій групі, повинні володіти навичками елементів на кожному з гімнастичних снарядів (опорний стрибок, різновисокі бруси, паралельні бруси, перекладина, кільця, гімнастична колода та різноманітні акробатичні елементи). В процесі занять здійснюється диференційований підхід у виборі фізичних навантажень відповідно до віку дитини та її фізичних можливостей. Діти з попереднім досвідом занять можуть підвищити свій рівень кваліфікації займаючись декілька разів на тиждень.

Advanced / Продвинутий

8–18 років

Для продвинутих студентів, які пройшли попередню оцінку вмінь та навичок тренерами нашого клубу. Це ідеальний клас для відвідувачів з вмінням базових гімнастичних елементів, які хочуть стати конкурентними гімнастами, але не можуть займатись за багатогодинною програмою. Мінімальні вимоги: хороший рондат, переворот вперед, переворот назад, переднє колесо, фляк, стійка на руках, підйом-розгиб на поперечені.



Це перший в Україні клуб із найсучаснішим обладнанням для ВСІХ, хто хоче займатися гімнастикою. Це новий підхід до оздоровлення дітей та дорослих. Адже гімнастика – це вид спорту, який гармонійно і просто вдосконалює фізичну форму та забезпечує, навіть, технічну підготовленість.

Її унікальність в індивідуальному підході до кожної дитини. Мотивація, заохочення і великий інтерес «а що ж далі?» – тут тренери не змушують, а зацікавлюють, тому заняття приносять радість та задоволення. І як наслідок – після тренувань діти – активні, сміливі, цілеспрямовані і навіть трішечки зухвалі, адже це так потрібно саме в нинішньому світі.