



Mom/Dad and Me Program



ПРАВИЛА І ПОРАДИ

- Хоча б один дорослий має перебувати підчас проведення занять;
- Форма одягу:
 - Діти мають бути одягнені в зручний одяг, наприклад, облягаючі футболки та шорти, велосипедні костюми, купальники, або трико;
 - Наступні види одягу заборонені через те що можуть травмувати дітей або тренерів.
 - Заборонено одягати шкарпетки або колготи, тільки босоніж;
 - Заборонено кнопки, блискавки, заціпки, або інші металеві або важкі предмети на одязі;
 - Заборонено вільно висячу одягу, таку як спідниці, звисаючі нитки з одягу, або реміні.
- Діти не повинні нічого тримати в руках або у роті підчас занять, ніяких іграшок, пустушок, ковдр, крім ти, що передбачені програмою занять.
- Ніяка їжа та напої не можуть знаходитись в залі.
- Діти (брати, сестри) які не приймають участь у заняттях мають перебувати у кімнаті для очікування. Будь-ласка забезпечте їх якоюсь цікавою справою, можливо іграшками, книжками, іншим, щоб вони поводити себе тихо та не відволікали Вас від занять .
- Ви зможете забезпечити веселу та безпечну атмосферу підчас занять, допомагаючи своїй дитині виконувати гімнастичні вправи.
- Ця програма розроблена для того, щоб батьки брали активну участь підчас занять. Ви повинні весь час пильно наглядати за Вашою дитиною.
- Ви повинні допомагати Вашій дитині в процесі вивчення гімнастичних вправ. Виконувати вправи на гімнастичних снарядах з Вашими дітьми (ходити по бревну, або висіти на поперечині та інше) буде тренер, але підчас переходу з однієї гімнастичної станції на іншу ВИ маєте супроводжувати свою дитину самостійно. Тренер Вам дасть чіткі вказівки та пояснить що і як Вам потрібно робити.
- У гімнастичному залі проводяться і інші заняття, тому дуже важливо щоб Ваша дитина була завжди поруч з Вами під пильним наглядом. Це стосується безпеки Вашої дитини та інших дітей які перебувають на заняттях. Будь-ласка підчас занять знаходитесь завжди поруч з вашою групою.
- Якщо Ваша дитина хоче пити або їй потрібно до вбиральні, будь-ласка завжди супроводжуйте її, не залишайте без нагляду, оберіть безпечний маршрут для виходу з залу, не біжіть.
- Пильнуйте щоб Ваша дитина разом з Вами виконувала ті самі вправи, що демонструє та навчає тренер. Дитина яка виконує інші вправи, без належного нагляду чи спеціальних матів може травмуватись.
- Не допускайте дітей до спортивних снарядів без тренера, чи Вашого нагляду. Ваші діти ще не готові виконувати самостійно гімнастичні вправи.
- Якщо Ви не будете дотримуватись цих правил тоді тренер чи менеджер клубу підійдуть до Вас та пояснять Вашу роль в заняттях та правильний нагляд за дитиною підчас занять.
- Після завершення занять Ви маєте одягти Вашу дитину та вийти з залу, для того щоб інші могли розпочатися інші заняття та забезпечити безпечні умови для всіх відвідувачів.



Дякую за Вашу співпрацю та розуміння!