

AŲTMININĖ TĖVAMS

Viskas, ko reikia prieš pirmą treniruotę.

Kiekvienas vaikas pas mus vertinamas individualiai. Krūvį, tempą ir įrangą derinam pagal jo amžių, pasirengimą ir galimybes — ne pagal bendrą šabloną. Jei dėl ko nors abejojat, parašykite arba paskambinkite: viską aptarsim.

KAIP VYKSTA TRENIRUOTĖS

- 2 treniruotės per savaitę, po pamokų. Tikslus laikas suderinamas su grupe.
- Vieta: Tilžės g. 90, Klaipėda, ir lauke — miškas, pajūris, žvyrkeliai.
- Jei oras leidžia, visada važiuojam lauke. Kai negalima — salė ir treniruokliai.
- Apie laiko ar vietos pakeitimus pranešam iš anksto.

KĄ VAIKAS TURI TURĖTI

Treniruotėms lauke

- Šalmas
- Atšvaitinė liemenė
- Žibintai — priekinis ir galinis
- Dviračių sportui tinkama apranga ir avalynė pagal oro sąlygas — svarbiausia šortai su paminkštiniu
- Pirštinės
- Gertuvė vandeniui

Treniruotėms dviračiu salėje

- Pulsometras (jungiamas „bluetooth“ prie treniruoklio)
- Dviračių sportui tinkama apranga ir avalynė — svarbiausia šortai su paminkštiniu
- Rankšluostukas prakaitui valyti
- Gertuvė vandeniui

Treniruotėms sporto salėje

- Sporto apranga ir avalynė
- Dviračio kompiuteris ir kiti dalykai gali atsirasti vėliau — pagal poreikį ir galimybes.

DOKUMENTAI

- Sveikatos pažyma, forma Nr. 068/a** — privaloma prieš pirmą treniruotę. Ji reikalinga todėl, kad planuojame dalyvauti varžybose.
- Pasirašyta sportinio ugdymo paslaugų sutartis.

SAUGUMAS

- Vaikas klauso trenerio nurodymų — pagrindinė taisyklė lauke.
- Laikomės kelių eismo taisyklių, grupėje važiuojam tvarkingai.
- Apie bet kokią traumą ar negalavimą vaikas sako treneriui iš karto.

MOKESTIS

150 € / mėn.

- Mokama už kitą mėnesį iš anksto — iki einamojo mėnesio paskutinės dienos.
- Pirmą mėnesį — proporcingai nuo prisijungimo dienos.

DVIRATIS

- Jei dviratį jau turi** — atvažiuokit, apžiūrėsim ir aptarsim, ar jis tinka.
- Jei dviračio dar nėra** — nepirkite iš karto. Pirmą pasikonsultuokit: rekomenduosim pagal vaiko ūgį, pasirengimą ir jūsų galimybes.
- Dviratis turi būti tvarkingas: stabdžiai, padangos, grandinė. To mokysim ir patys.

DRAUDIMAS

- Vaiką nuo nelaimingų atsitikimų draudžia tėvai.** Pasirūpinkite, kad draudimas galiotų sportui ir varžyboms — įprastas draudimas sporto traumų dažnai nepadengia.

GAVĖJAS

VšĮ „Tomo Vaitkaus dviračių sporto klubas“

SĄSKAITA

LT03 3500 0100 1921 5873 · Paysera LT, UAB

PASKIRTIS

vaiko vardas, pavardė, mėnuo

Klausimai, abejonės ar noras tiesiog pažiūrėti?

Parašykite, paskambinkite arba užsukite svečiu, aptarsime gyvai.

Tomas Vaitkus · +370 699 95005 · info@velopeak.com · velopeak.com