



Pierwszy trening

Lista dla rodzica i opiekuna. Przygotujcie się spokojnie do pierwszego spotkania z drużyną.

1. Potwierdź szczegóły z klubem

Ustal grupę, termin i miejsce zajęć, osobę kontaktową oraz warunki udziału. Zapytaj o opłaty, wymagane dokumenty i odpowiednie obuwie.

2. Spakujcie torbę

Wygodny strój sportowy, buty dobrane do nawierzchni, podpisany bidon z wodą oraz rzeczy na zmianę. Ubranie wierzchnie dopasujcie do pogody.

3. Przyjdźcie chwilę wcześniej

Poznajcie trenera, miejsce zbiórki i zasady odbioru dziecka. To także dobry moment na pytania organizacyjne.

4. Po treningu porozmawiajcie

Zapytaj dziecko o wrażenia. Z trenerem omówcie dobór grupy i ewentualne kolejne zajęcia. Pierwsze spotkanie służy wzajemnemu poznaniu.

Aktualne zasady i dokumenty przekazuje klub przed rozpoczęciem zajęć. Ta lista ma charakter organizacyjny.