



## FUN GYM

O Fun Gym proporciona ao seu filho o desenvolvimento da motricidade infantil e respetivas capacidades motoras como a agilidade e coordenação.

A URD é um espaço educativo e lúdico. Aqui a criança aprende e é feliz! Os objetivos desta aula são:

- Estimular a confiança de cada criança com desafios progressivos;
- Aprofundar o conceito de cooperação e partilha;
- Promover o bem-estar da criança.

Os novos desafios acompanham o crescimento do seu filho. Esta aula tem a duração de 45 minutos e implica o acompanhamento por um adulto da confiança da criança.

Os novos desafios acompanham o crescimento do seu filho. Esta aula tem a duração de 1 hora.





## FORMAÇÃO GERAL

As aulas são apresentadas como atividades de grupo não competitivas, com uma forte componente lúdica de modo a desenvolver as capacidades de cooperação e de seguir instruções, ao mesmo tempo que promovem energia, equilíbrio, agilidade e coordenação, melhorando assim a confiança e a saúde dos nossos pequenos atletas.

A formação visa o desenvolvimento integral da criança e proporciona uma primeira abordagem às diferentes disciplinas gímnicas, com atividades de ginástica artística, rítmica, acrobática, aeróbica e trampolins.





## TREINADORA

### Beatriz Brandão

- Com 11 anos de experiência como ginasta e 5 anos de experiência como treinadora.
- Em 2016 começa o seu trabalho como treinadora no clube All4gym como treinadora das camadas mais jovens, continuando o seu trabalho quando se mudou para Lisboa.
- Curso de Juiz (categoria 4)
- Curso de Treinadores de Ginástica Grau I – FGP

