

PARENTS CHEERLEADING

OD SOUTĚŽÍ AŽ PO ŽIVOTNÍ ZKUŠENOSTI

Mimoškolní aktivity

Cheerleading je sportovní aktivita, která se v posledních letech rychle rozvíjí a získává si stále větší popularitu po celém světě. Jde o kolektivní koordinačně-estetický sport, který zahrnuje akrobacii, gymnastiku, techniku stuntování, tanec a skoky. Všechny tyto prvky se spojí v tříminutovou show, ve které jednoznačně vynikne soutěžní duch. Cheerleading nabízí nejen zábavu a lepší fyzickou, ale také mnoho dalších výhod pro ty, kteří ho dělají.

V tomto článku si přiblížíme nejen to, co dělá cheerleading tak unikátním, ale také jeho pozitivní dopad na životní dovednosti a rozvoj jednotlivce.

Rozvíjejte svůj talent

JNS Cheerleaders je místo, kde můžete rozvíjet svůj tanec, akrobacii a celkovou fyzickou kondici. Bez ohledu na to, zda jste začátečníkem nebo máte již nějaké zkušenosti, tým vám poskytne prostředí, ve kterém můžete zdokonalit své dovednosti. Kvalifikovaní trenéři vás provedou tréninkovým procesem a pomohou vám dosáhnout vašich cílů.



Týmová spolupráce je klíčovým prvkem v cheerleadingu. Každý člen týmu musí být schopen spolupracovat s ostatními, naslouchat a reagovat na pokyny trenérů a přizpůsobovat se potřebám a schopnostem ostatních členů. Týmový duch je posilován pravidelným tréninkem a vzájemnou podporou.

Soutěžte na nejvyšší úrovni

JNS Cheerleaders se pravidelně účastní národních a mezinárodních závodů, kde si můžete vyzkoušet adrenalin soutěžního prostředí a ukázat své umění. S týmem JNS Cheerleaders budete pracovat na precizních choreografiích, akrobatických prvcích a týmové synchronizaci, abyste se prezentovali před diváky a porotou. Soutěže jsou skvělou příležitostí pro osobní růst, získání nových dovedností i ocenění za váš týmový výkon.

Vytvořte si nová přátelství

Připojením se k JNS Cheerleaders získáte nejen sportovní tým, ale také přátele, se kterými budete vaše pro cheerleading sdílet. Týmový duch, vzájemná podpora a společné cíle vytvářejí přátelské prostředí, ve kterém se budete cítit jako součást velké rodiny. Společně budete trénovat, soutěžit, ale také prožívat nezapomenutelné chvíle mimo tréninky.

Rozvoj fyzických schopností

Cheerleading je náročný na fyzickou kondici a vytrvalost. Pravidelný trénink vede ke zlepšení kondice, svalstva a celkové pohyblivosti. Není však třeba být vynikajícím atletem nebo tanečníkem, aby se mohl člověk zapojit do cheerleadingu. Právě naopak, cheerleading nabízí příležitost jednotlivcům všech výkonnostních úrovní zapojit se a zdokonalovat se.

JNS Cheerleaders trénují blízko naší školy, přesněji na Hájích, v ulici Schulhoffova. Nově je otevřena také druhá pobočka, tu najdete v Letňanech.

GABRIELA SZETÉY