

UZŅEMŠANA BĒRNU UN JAUNIEŠU GRUPĀS

BOKSA grupu nodarbības:

Bērniem (7-9, 10-12 gadi)- Pirmdien/Trešdien no plkst.15.30 – 17.00, **Sestdien** – plkst.10.30 – 12.00

Jauniešu grupa - Pirmdien/Trešdiena no plkst.17.00 – 18.10, **Piektdien** – plkst.18.10 – 19.45

! Ar katru grupu strādā divi treneri. Sportisti tiek sadalīti pēc prasmēm un līmeņiem.

Pieaugušo grupas – Pirmdien/Trešdien/Piektdien – no plkst.18.10 -19.45 un plkst.19.30 – 20.30.

Papildus boksa treniņi - **Otrdien/Ceturtdien** – no plkst.17.00 – 18.00 – speciālā fiziskā sagatavotība + sitienu tehnika!

Boksa treniņa grafiks (Boxing):

	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena	Sestdiena
Bērnu grupa	15.30 – 17.00		15.30 – 17.00			10.30-12.00
Jauniešu grupa	17.00-18.10	*17.00-18.00	17.00-18.10	*17.00-18.00	18.10-19.45	
Pieaugušo grupa	18.10 - 19.45 19.30 – 20.30	*17.00-18.00	18.10 - 19.45 19.30 – 20.30	*17.00-18.00	18.10 - 19.45	

*treniņi paredzēti sportistiem, kas piedalās vai plāno piedalīties sacensībās

KIKBOKSA + Vispusīgā Fiziskā sagatavotība (Kickboxing + "Functional training") grupu nodarbības:

Bērniem (7-9, 10-12 gadi)- Otrdien/Ceturtdien no plkst.15.30 – 17.00, **Sestdien** – plkst.10.30 – 12.00

Jauniešu grupa - Otrdien/Ceturtdien no plkst.17.00 – 18.10, **Sestdien** – plkst.09.00 – 10.30

! Ar katru grupu strādā divi treneri. Sportisti tiek sadalīti pēc prasmēm un līmeņiem.

Pieaugušo grupas – Otrdien/Ceturtdien – no plkst.18.10 -19.45, **Sestdien** – plkst.09.00 – 10.30

	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena	Sestdiena
Bērnu grupa		15.30 – 17.00		15.30 – 17.00		10.30-12.00
Jauniešu grupa		17.00-18.10		17.00 - 18.10	18.10-19.45	09.00 – 10.30
Pieaugušo grupa	*19.30 - 20.30	18.10 – 19.45	*19.30 – 20.30	18.10 – 19.45	18.10 - 19.45	09.00 - 10.30

*Boksa nodarbība + vispusīgā fiziskā sagatavotība

Lai pieteiktos nodarbībām, sūtīt ziņu uz whatsapp 29677741 ar tekstu – sportista vārds, uzvārds, vecums un datums, kad vēlas izmēģināt nodarbības.

Ja kādā no laikiem nav brīvu vietu, ir iespējams iestāties gaidītāju rindā. Sezonas laikā dalībnieku plāni mēdz mainīties un vietas atbrīvojas!

Nodarbībā nepieciešamais: negāzēts ūdens, vēlams personalizētā pudelē. Ģērbties ērti - T kreklis, šorti. Nodarbībās bērni piedalās basām kājām vai zeķītēs (vēlams ar gumijas virsmu).

Vēlams personīgais ekipējums mēnešu treniņiem vēlams iegādāties personīgos boksa cimdus un kājsargus.

Maksāšanas kārtība un līguma slēgšana:

Maksa par nodarbībām ir **70,00 Eur** mēnesī . Ja nodarbības apmeklē vienas ģimenes 2 bērni tiek piemērota 10% atlaide (126 Eur), ja nodarbības apmeklē vienas ģimenes 3 bērni - 20% atlaide (168 Eur.).

10% procenta atlaide bērniem no daudz bērnu ģimenēm.

Uzsākot treniņus (līdz 18.g.v.) nepieciešama U/27 ārsta izziņa.

Nodarbību maksas pārrēķins tiek veikts tikai gadījumos, ja dalībnieks kalendārā mēneša ietvaros saslimšanas dēļ neapmeklē 4 vai vairāk nodarbības. Tādos gadījumos fiksētais mēneša maksājums ir 40 Eur (vienam dalībniekam). Ģimenēm ar 2 vai vairāk bērniem, slimošanas gadījumā pārrēķina kārtība ir atrunāta līgumā).

Tie kas apmeklē mūsu nodarbības pirmoreiz, sākumā ir iespēja 1 - 2 reizes izmēģināt. Ja izlemsiet turpināt pie mums sportot, tad slēgsim līgumu un veiksiet maksājumu saskaņā ar vienošanos. Ja neturpināsiet, tad par izmēģinājuma nodarbību jāveic maksa 5 eiro par pirmo nodarbību, 10 eiro par katru nākamo.

Maksa par nodarbībām tiek veikta ar pārskaitījumu uz līguma rekvizītos norādīto kontu.

Līgumu slēgšanā, iespēju robežās lūdzam izmantot e-paraksta iespēju, lai mazinātu gan materiālo, gan laika resursu patēriņu.

Uzmanību! Mums ir interešu izglītības licence - lai no VID atgūtu pārmaksāto IIN nodokli, maksājuma uzdevumā obligāti jānorāda bērna vārds, uzvārds, personas kods un mūsu juridiskais nosaukums Kikboksā un boksa skola "Rīga".