

# ***Hula Hoop* - חוג תנועה עם חישוק**

מרכז אורים פותח את שעריו לתלמידות ותלמידי  
כיתות ג'-ד' לחוג תנועה עם חישוק



**Hula Hoop** הוא שילוב של ספורט, קרקס וריקוד, שבו משתמשים בחישוקי הולה הופ ייעודיים.

מלבד היות התנועה עם החישוק פעילות פנאי משחקית, היא מאפשרת ביטוי אישי, משפרת קואורדינציה ויציבה טובה ומחזקת את שרירי הגוף ואת גמישותם.

ישנם סוגים שונים של חישוקים המיועדים לתרגילים שונים ודרגות שונות המותאמות לקושי ולגיל הילדים.

את החוג מפעילה נריה בר - מדריכה ומפעילת קבוצות למידה ואימון בתחום החישוק, בעלת ניסיון בעבודה עם תלמידים צעירים.

החוג יתקיים ביום א' בשבוע בשעה 15:00. משך השיעור הוא 60 דקות.

עלות חודשית 180 ₪ למשך עשרת חודשי הפעילות (ספטמבר-יוני)