«15 ЛЕТ ЛЮБВИ, ДРУЖБЫ И ТЕПЛА!» — ЮБИЛЕЙНЫЙ АРТ-ПРОЕКТ (НА ВСЕ ЗАЕЗДЫ)

Ровно 15 лет назад юные путешественники отправились в плаванье, чтобы найти Землю, на которой они проведут свои летние каникулы. Плыли они долго, корабль заходил в различные страны, там они знакомились с культурой и обычаями стран, натыкались на одинокие острова, убегали от пиратов…

За всё путешествие они так и не нашли места, чтобы бросить якорь и провести в этом месте каникулы. Команда отчаялась, надежда почти покинула их, но тут случилось невероятное — ветры задули с новой силой, а в небе замерцала путеводная звезда. Корабль бодро понесся к берегам неизвестного Архипелага. Причалив и выйдя на берег, наши путешественники обомлели от прекрасных пейзажей, от пения птиц, от свежего ветра.

Прогулявшись по Архипелагу, юные путешественники поняли — лучше места им не найти. Они остались на этой земле и назвали её «Джуниор». С тех пор эта земля стала местом проведения летних каникул.

В честь юбилея, новые юные путешественники Джуниора проделают тот же путь на корабле, что и 15 лет назад. Во время круиза, в каждом порту команда будет отмечать день рождения в стилистике той страны, в которую приплыли — феерично, сказочно, а порой даже таинственно!

И конечно, какой день рождения без торта и мороженого! Ребят ждут юбилейные подарки и сюрпризы. Добро пожаловать на наши веселые дни рождения!

Также, арт-проект включает в себя активные и развивающие программы:

*Джуниор-active*

*Джуниор-sport*

**Джуниор-active**

(12+) Активно-познавательная программа, включающая в себя психологические тренинги и развлекательные мероприятия:

«Хроники тонущей подводной лодки» — игра о смысле и ценности нашей жизни. Участникам придется бороться за место под солнцем, выживать и спасать других, доказывать, что вы живете достойно.

«Сердце» — глубокий и сильный психологический тренинг. Предоставлен в игровой форме и направлен на умение принимать решение и нести ответ за сделанный выбор, умение работать в команде и отстаивать свою точку зрения, своё решение.

«Оглянись вокруг! Кто ты?» — тренинг-игра, по мотивам мультфильма «Остров сокровищ». Поможет разобрать собственный психотип, понять кто Я, и кто меня окружает.

«Мир глазами...» — психологический тренинг, направленный на познание мира других людей, на развитие органов осязания. Ситуация, максимально приближённая к реальности.

« Язык тела» — тренинг направленный на раскрепощение личности в форме движения и переданный через языка тела.

Программа включает походы, пикники, флешмобы, встречу рассветов.

**Доплата: 20 € неделя**

**Джуниор-sport**

(12+) Специально для «Джуниора» мы разработали активную спортивно-оздоровительную программу.

Программа позволит получить массу положительных эмоций, зарядиться энергией на год вперед, научиться танцевать и показать, на что ты можешь быть способен.

Программа включает занятия:

Фитнес.

Общеукрепляющие упражнения, направленные на поддержание тонуса всех мышц.

Stretching (растяжка)

Самостоятельная разновидность гимнастики, позволяющая гарантировано, вне зависимости от уровня изначальной физической подготовки, развить и сохранять гибкость.

Растяжка не требует много времени и усилий и дает прекрасные результаты: исправление осанки, умственное расслабление, ощущение легкости во всем теле, улучшение координации движений, ускорение кровообращения, повышение выносливости.

На уроках будут разработаны индивидуальные упражнения для каждого ребёнка, исходя из его уровня и целей, будут даны рекомендации по самостоятельной растяжке.

Кардио тренировки, силовые нагрузки.

Бег, прыжки, классическая аэробика, аква-аэробика, кросс-фит.

Бег. Все знают, что бег полезен для здоровья. Нам повезло вдвойне: мы можем заниматься утренними тренировками на пляже. Ученые доказали, что пробежки по пляжу:

снизят риск заразиться инфекционными заболеваниями, простудиться;

приведут мышцы в тонус;

утренняя доза кислорода нужна для организма (а морской воздух вдвойне полезен);

дадут заряд бодрости на целый день.

Танцы. Весело и полезно. Этим летом у вас будет возможность познакомиться с такими направлениями, как латина, hip-hop, dance hall, электро, эстрадно-спортивные, народные, современные. Происходит раскрепощение, снимается барьер неуверенности, уже после двух недель появляется пластичность и чувствуется такт музыки. Кроме уроков будут проходить танцевальные конкурсы, батлы, импровизация.

Чирлидинг. Уже второй год подряд в нашем лагере будут проводиться занятия по чирлидингу. После тренировок ребята покажут, чему научились, на спортивных соревнованиях, на отчетных концертах и в шоу «Звезды Джуниора». А главным нашим достижением можно считать то, что после занятий в лагере, уже дома многие дети записались в местные чирлидинговые команды и успешно занимаются вот уже целый год.

**Доплата: 20 € неделя**