

DOŠKOLENÍ CVIČITELŮ ŽUPY JEŠTĚDSKÉ

Termín: sobota 30. 11. 2024
Místo konání: sokolovna Turnov, Skálova 540 (vchod zadem)
S sebou: cvičební úbor, poznámkový blok
Cena: 100,- Kč / člen (bude fakturováno jednotlivým T.J.)

PROGRAM

8:30-9:00	prezence	Táňa Pokorná, Lenka Plívová
9:00-9:10	úvodní přivítání	Tereza Linhartová
9:10-9:45	rozcvička	Martin Klejch, Šárka, Alice
9:45-10:00	základní pořadová cvičení	Vítek Prokop
10:00-10:45	zdravotní cvičení	Bára Bílková
10:45-11:00	přestávka na občerstvení	všichni
11:00-11:45	dopomoc při cvičení	Martin Klejch, Jarda Havelka
11:45-12:45	gymn. sestavy všestrannost ženy	Míla Havelková, Alice
	gymn. sestavy všestrannost muži	Jarda Havelka, Martin Klejch
	RDPD-Velká Vánoční hra (malý sál)	Ivana Zámečnicková
12:45-13:00	BOZP – bezpečnost v rámci cvičení	Vítek Prokop
13:00-13:45	opičí dráha, štafety dětí, hry	Tomáš Tomsa, Jan Rakouš
13:45-14:00	ukončení aktivit v tělocvičně	Jaroslav Postl – starosta župy
14:00-15:00	společná teorie v zasedačce, občerstvení všichni	

Ses. Linhartová Tereza
náčelnice

Br. Postl Jaroslav
starosta

Br. Prokop Vít
náčelník

