

Plakaty informacyjne

InterregSpolufinancováno
Evropskou unií**Euroregion**
Praděd/Pradziad**Česko - Polsko**

DĚTI V POHYBU

Místo konání akce: Středisko volného času Rýmařov, Okružní 10**Termín:** 8. - 10. 11. 2024**Věk:** 7-12 let**Strava:** Oběd a večeře, 2x svačina, pitný režim. Prosím o včasné nahlášení případných alergií na nějakou potravinu.**Co s sebou:** Pohodlné sportovní oblečení a tenisky do vnitřních prostor, láhev na pití, kopie kartičky pojištění, potvrzení o bezinfekčnosti dítěte.**Program:****Pátek 8. 11. 2024**

| | |
|-------------|---|
| 16:00-17:30 | příjezd, uvítání, občerstvení, společné hry |
| 17:30-19:00 | ubytování a večeře |
| 19:00-22:00 | trampolíny, kruhový trénink, nácvik společné choreografie |
| 22:00 | odchod domů |

Sobota 9. 11. 2024

| | |
|-------------|---|
| 09:00-12:00 | workshop se švihadly s A. Krátkou a Š. Sadílkovu, svačina |
| 12:00-13:00 | oběd |
| 13:00-14:30 | Street dance |
| 14:30-16:00 | společné hry, svačina |
| 16:00-18:00 | trampolíny, jóga, funkční trénink |
| 18:00-19:30 | večeře |
| 19:30-22:00 | diskotéka, světelná show, hry, trampolíny |
| 22:00 | odchod domů |

Neděle 10. 11. 2024

| | |
|-------------|--------------------------------|
| 07:15 | sraz u SVČ, odjezd do Olomouce |
| 09:00-11:00 | JumpAcademy Olomouc |
| 11:30 | návrat do Rýmařova |
| 12:30 | oběd |
| 13:30-15:30 | společné hry |
| 16:00 | odchod domů |

Kontakt: Lucie Laštůvková tel.: 720 204 910, Email: lastuvkova@svcrymarov.cz**Projekt "Sport a zdraví/Sport i zdrowie, reg,č P.010.04.0017
je spolufinancován z Fondu malých projektů Euroregionu Praděd.**

InterregSpolufinancováno
Evropskou unií**Euroregion**
Praděd/Pradziad**Česko - Polsko**

DZIECI W RUCHU

Miejsce wydarzenia: Středisko volného času Rýmařov, Okružní 10, 795 01 Rýmařov**Data:** 8. – 10. listopada 2024**Wiek:** 7 – 12 lat**Posiłki:** obiad i kolacja, 2x przekąska, sposób picia (proszę o terminowe zgłaszanie ewentualnych alergii pokarmowych).**Co zabrać:** wygodny ubrania sportowe, tenisówki do użyciu w pomieszczeniach, butelkę do picia, kopię karty ubezpieczenia, potwierdzenie statusu dziecka wolnego od infekcji.**Program:****piątek 8. listopada**

| | |
|-------------|--|
| 16:00-17:30 | przyjazd, powitanie, poczęstunek, gry ruchowe |
| 17:30-19:00 | zakwaterowanie i kolacja |
| 19:00-22:00 | trampoliny, trening obwodowy, wspólna choreografia |
| 22:00 | wyjazd na nocleg |

sobota 9. listopada

| | |
|-------------|---|
| 08:00 | śniadanie |
| 09:00-12:00 | warsztaty skakania na skakance z A. Krátká a Š. Sadíká, przekąska |
| 12:00-13:00 | obiad |
| 13:00-14:30 | Street dance |
| 14:30-16:00 | gry ruchowe, przekąska |
| 16:00-18:00 | trampoliny, joga, trening funkcjonalny |
| 18:00-19:30 | kolacja |
| 19:30-22:00 | dyskoteka, pokaz świetlny, gry i zabawy dla dzieci, trampoliny |
| 22:00 | wyjazd na nocleg |

niedziela 10. listopada

| | |
|-------------|--------------------------------|
| 6:30 | śniadanie |
| 7:20 | wyjazd w kierunku Olomouc |
| 09:00-11:00 | JumpAcademy Olomouc, przekąska |
| 11:30 | wyjazd w kierunku Rýmařov |
| 12:30 | obiad |
| 13:30-15:30 | wspólne gry |
| 16:00 | wyjazd do domu |

Kontakt: Lucie Laštůvková tel.: 720 204 910, Email: lastuvkova@svcrymarov.cz**Projekt "Sport a zdraví/Sport i zdrowie, reg,č P.010.04.0017
je spolufinancován z Fondu malých projektů Euroregionu Praděd.**