



Sokolská župa JANA MÁCHALA v Brně
župní odbor všestrannosti

POZVÁNKA

na župní sraz cvičitelů a cvičitelek mladšího žactva

- Termín:** sobota 7. března 2020
- Místo:** gymnastická tělocvična Sokola Brno I,
Kounicova 20/22, Brno
- Spojení:** MHD od hlavního nádraží:
tram. č. 12, směr Technologický park, zastávka Grohova
- Prezence:** 10,30 hod.
Zahájení: 11,00 hod.
Ukončení: 16,00 hod.
- Program:** gymnastická příprava **Petr Hedbávný**
- základní gymnastika na akrobacii (žactvo do 10 let)
kotouly, stojky, hvězdy, poskoky, čertík, zpevňovací cvičení
- základní prvky na hrazdě (výmyk, přešvih, toč, toč jízdmo,
podmet, sešin)
- přeskok (koza, bedna), skrčka, roznožka, přemet
- kladina
- kruhy (když bude čas)
- Vzhledem k praktickému nácviku je účast tvého jednoho žáka/žákyně vítána.
- Vezmi s sebou:** členský a cvičitelský průkaz, cvičební úbor a obuv do tělocvičny,
poznámkový blok
- Cestovné:** na náklady vysílající složky, případně na vlastní náklady

Petra Vaníčková
vedoucí sboru mladších zákyň

Jan Outlý
vedoucí sboru mladších žáků

Účastník akce souhlasí s použitím fotodokumentace z akce, pro účely publikace v metodických, propagačních a ostatních tiskových materiálech župy, ČOS, MmB a JMK.

Akce je pořádána za finanční podpory OV ČOS, Jihomoravského kraje a Statutárního města Brna