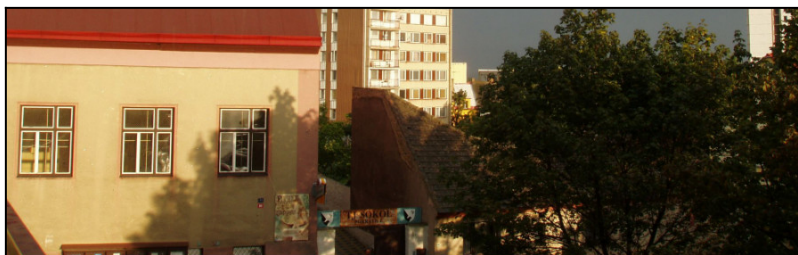


## Cvičení pro děvčata (6-15 let)



**GPS: 50°32'47.455"N, 14°7'30.006"E**

**Datum konání:** 01.09.2020 - 30.06.2021, každé úterý

**Začátek:** 18:00

**Konec:** 19:00

**Vzdálenost od centra:** 1.46 km

**Bod zájmu:** Sport

**Praktické informace:**

Cvičíme každé úterý (září - červen) od 18:00 do 19:00 v tělocvičně TJ Sokol Pokratice. Cvičení vede Mgr. Živcová (mobil 724 877 646).

Cvičení je skutečně pro všechny - tedy třeba i pro děti s postižením (je možný individuální přístup). Přihlásit se můžete přímo na cvičení (raději přijďte o chvíli dříve) nebo tlf. cvičitelce

CENA za rok (září-červen) 600,- Kč. Lze platit pololetně, cena za pololetí 300,- Kč. Možnost zkušební hodiny za 30,- Kč.

**Web:** [sokol-pokratice.webn...](http://sokol-pokratice.webn...)

**E-mail:** [zivcovapavlina@seznam.cz](mailto:zivcovapavlina@seznam.cz)

**Telefon:** +420724877646

**Adresa:** Pokratická, 412 01 Litoměřice, Česká republika

**Zdroj:** [www.kamvltm.cz/](http://www.kamvltm.cz/)

Cvičení je určeno pro děvčata od 6 do 15 let. Učí se základním cvikům na gymnastickém náradí (přeskoky přes kozu, cvičení na kruzích, na hrazdě, na lavičce, na trampolínce, prostná) a hrají různé pohybové hry (vybíjená, ulag, basketbal, líný tenis). Gymnastiká cvičení rozvíjí koordinaci, sílu, ohebnost a tak jsou vhodná jako doplněk k jiným sportům. Cvičíme jednou týdně 60 minut, v úterý od 18 do 19 hodin. Naše hodiny jsou vhodné pro děti, které se chtějí zdokonalit v gymnastice, ale nechtějí dělat tento sport závodně. Mimo hodin v tělocvičně se každoročně zúčastňujeme soutěže Medvědí stezkou, což je postupová

soutěž dvojic v přírodě, kde plníme úkoly z oblasti turistiky. Hodiny vede cvičitelka Pavlína Živcová, která ráda přivítá další mladé cvičence kdykoliv během školního roku. Přihlásit se můžete přímo na cvičení (raději přijďte o chvílku dříve) nebo tlf. cvičitelce.