**SK gym Zvole pořádá**

**v tělocvičně v Ohrobci i v přírodě**

**12. 7. – 16. 7. 2021**

**23. 8. – 27. 8. 2021**

**Příměstský tábor gymnastiky,trampolíny**

**a zdravého pohybu**

**pro kluky a holky od 5 do 12 let**

**Denní program:**

**8:30 – 9:00 příchod**

**9:00 – 11:30 program**

**11:30 - 14:00 oběd, odpočinek,**

 **společenské hry**

 **14:00 – 16:30 program**

**16:30 – 17:00 odchod**

**Cena: 2 650,-**

**Cena zahrnuje potřebné vybavení, oběd,**

 **pitný režim**

Program bude jak pro začátečníky, tak i pro pokročilé. Zaměříme se na správné držení těla, protahování a posilování svalstva, cvičení rovnováhy, koordinace, obratnosti i rychlosti, základy gymnasticky a skoků na trampolíně.

**Trenéři: Jitka Holíčková – gymnastika, trampolína Erika Slezáková – fyziotrenér**

**kontakt**: e-mail jitkaholickova@seznam.cz www.skgym.cz tel: 777 265 865