



ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ

Tyršův dům, Újezd 450/40, 118 01 Praha 1 – Malá Strana

ÚŠ ČOS pořádá seminář

FUNKČNÍ TRÉNINK

Termín: 22. října 2017
Místo: Praha
Poplatek: člen ČOS: 350 Kč, veřejnost: 700 Kč

Popis akce: Funkční trénink usiluje o všeobecnost či všestrannost a o co nejširší využití získaných schopností a dovedností. Účinnost tréninku je potom zaručena tím, že počet cvičení, tedy dovedností, které je nutné se naučit, je omezený na několik klíčových cviků, které jsou voleny podle jejich užitečnosti a přenositelnosti do sportovní činnosti či běžného života. Tento seminář se zaměří na **cvičení s velkou** (nakládací, vzpěračskou, obouručnou) **činkou** a jejími částmi – tyčí (osou) a kotouči (závažími).

Účastníci obdrží osvědčení o absolvování doškolení v rozsahu 6 hodin.

Číslo akce: 17-039

Přihlášky: Nejpozději do 12. října 2017 na <http://www.sokol.eu/obsah/7141/>.

Všem přihlášeným účastníkům potvrdíme přijetí přihlášky **s platebními informacemi** (variabilní symbol, číslo účtu, částka) na e-mail uvedený při registraci. **Přihláška je platná až po úhradě účastnického poplatku.**

ÚŠ ČOS si vyhrazuje právo v případě nízkého počtu účastníků akci zrušit, v případě naplnění maximální kapacity akce ukončit příjem přihlášek před uzávěrkou.

Podrobnější informace o akci Vám budou zaslány na e-mail uvedený při registraci nejpozději týden před konáním akce.

Kontakt: Hana Šturcová, tel.: 257 007 259, e-mail: skola@sokol.eu

Mgr. Martin Chlumský, DiS.
ředitel ÚŠ ČOS

Mgr. Milan Hybner
vedoucí akce