



POZVÁNKA NA SEMINÁŘ

SPORTOVNÍ GYMNASTIKA AKROBACIE

- Datum:** 28. ledna 2018, neděle
Místo: Gymnecentrum České Budějovice, Pražská 19 (bývalé kino Vesmír)
Pořadatel: OSSV ve spolupráci se Sokolskou župou Jihočeskou
Prezence: 8:30 – 8:55 hod.
Lektor: Mgr. Lukáš Erhart
Program: 9:00 – 12:00 průpravná a zpevňovací cvičení
12:00 – 12:20 přestávka
12:20 – 15:00 akrobatické prvky

Charakteristika: seminář je zaměřen na gymnastické prvky z akrobacie, které se objevují v závodních sestavách sportovní gymnastiky Přeboru ČOS ve sportovní všestrannosti, na průpravná cvičení a dopomoc při provádění těchto prvků. Zájemce si s sebou přivede i svého svěřence (přiměřených pohybových dovedností), se kterým bude nacvičovat.

Doprava

MHD: trolejbus č. 9 nebo autobus č. 6, 11 (Nádraží – Mariánské náměstí)

Vezmi s sebou

sportovní oblečení do tělocvičny (**cvičí se na bosu nebo v gymnastické obuvi**)

Osvědčení

seminář je řazen mezi doškolovací akce pro cvičitele/ky ČOS, účast bude podkladem pro prodlužování platnosti cvičitelského průkazu. Osvědčení o absolvování **8 hodin** bude vytištěno dle údajů uvedených v přihlášce

Závazné přihlášky

zasílejte na OSSV České Budějovice **do 19. 1. 2018** na e-mailovou adresu: vzahradko@sokol.eu

Účastnický poplatek

400 Kč – člen Sokola (**přinést platnou členskou legitimaci ČOS**)

500 Kč – nečlen Sokola

Svěřenec zdarma

!!!Platba musí být provedena předem nejpozději do 24. ledna 2018 na účet ČOS:

27-7699580257/0100, variabilní symbol 1302801

(do zprávy pro příjemce uveďte jméno a příjmení přihlášené osoby)

Lenka Kocmichová v.r.
náčelnice ČOS

Petr Svoboda v.r.
náčelník ČOS

Vratislav Zahradko v.r.
OSSV JČ