

ODDÍL MÍČOVÝCH HER

(volejbalová příprava)

V **pátek 5.4.2024** zahajuje svoji činnost nový smíšený oddíl míčových her (volejbalová příprava). Je určen pro **chlapce a dívky ve věku 11 – 16 let** (v případě volné kapacity s možností zapojení rodičů).

Cvičení je zaměřené na specifickou sportovní přípravu pro míčové hry, zejména volejbal, ale i zdravou pohybovou koordinaci celého těla.

Budeme rozvíjet pohybový základ, učit se přihrávky, vybírání a odbíjení ve volejbalu.

Co však zůstává naší největší snahou je, aby děti cvičení bavilo a na každou další hodinu se těšily.

Tréninky budou probíhat jednou týdně v **pátek 17:30 – 19:00**.

Kontakt: Jakub Průdek (tel.: 724 914 974), email:
jakub.prudek@seznam.cz