

TENISOVÝ a SPORTOVNÍ KEMP 2023

KDE: Sokol Chodov, Starochodovská 521/53, 149 00, Praha 11 – Chodov

PRO: Pro zájemce o základy tenisu od 5 do 12 let.

KDY: 8.7. – 14.7. 2024

CENA: 3.000,- Kč za celý týden



DENNÍ PROGRAM:

9H: Příjezd

9.15 - 9.30 rozehřátí – rozcvička, seznámení se s programem dne

9.30 - 10.30 trénink na dvorci pod vedením kvalifikovaného trenéra - Zuzany Vavákové

10.30h svačina /sebou/

11h -12h tenisové a míčové soutěže – turnaj o skvělé ceny

12h -13h oběd zajištěn – v ceně

13h-14h míčové hry, různé soutěže, trénink ve skupině, pobyt na dětském hřišti

14h -15h tenisový trénink, hlavní soutěž

15h -15.15h vyhodnocení dne, strečink, odpočinek

15.30 příchod rodičů, odjezd domu

Co musíte mít sebou: tenisovou raketu, ručník, 0,5l flašku na pití /zajištěno!, čepici, opalovací krém, svačinu, kšiltovku!!! Kopii kartičky pojištění!!!

TELEFON: 602 756 226

email: toptenis@email.cz