**Místo:** Sportovní hala TJ Bohemians, Praha 10, Slovenská 2

**Pořadatel:** Oddíl akrobatické gymnastiky TJ Bohemians Praha za podpory UEG - Evropské gymnastická federace

**Lektoři:** experti UEG - Galina Kovalchuk (UKR), Dmitry Vinnikov (RUS)

**Jazyk:** angličtina

**Cena:** kurz je zdarma

**Ubytování, strava:** pořadatel nezajišťuje ubytování ani stravu

**PROGRAM:**

**Pátek 2. 9. 2016 9 – 13h** **Teoretická část**

**15 – 19h Praktická část**

* Začátečníci - rozcvičení, protažení, průpravné cviky
* Pokročilí - rozcvičení, protažení, průpravné cviky

**Sobota 3. 9. 2016 9 – 13 Praktická část**

* Začátečníci – průpravné cvičení pro spodní a vrchní
* Pokročilí - průpravné cvičení pro spodní a vrchní

**15 - 18**

* Pokročilí – základy akrobacie, držení, základní pyramidy a dynamické prvky

**Neděle 4. 9. 2016 9 – 13 Praktická část**

* Začátečníci – párové/skupinové prvky
* Pokročilí – párové/skupinové prvky

**15 – 18**

* Pokročilí - párové/skupinové prvky, závodní sestava

**18 – zakončení kurzu**

**Kurzu se mohou zúčastnit i děti z Vašeho oddílu. Budete si moci vyzkoušet nově naučené trenérské techniky přímo na nich.** Zájem o účast dětí nám napište do emailu, abychom si upřesnili počty a výkonnost a mohli je zařadit do jednotlivých částí programu.

Těšíme se na Vaši účast Markéta Stíbalová

TJ Bohemians Praha