

## Plakaty informacyjne

Interreg

Spolufinancováno  
Evropskou uniíEuroregion  
Praděd/Pradziad

Česko - Polsko

# DĚTI V POHYBU

**Místo konání akce:** Středisko volného času Rýmařov, Okružní 10

**Termín:** 8. - 10. 11. 2024

**Věk:** 7-12 let

**Strava:** Oběd a večeře, 2x svačina, pitný režim. Prosím o včasné nahlášení případných alergií na nějakou potravinu.

**Co s sebou:** Pohodlné sportovní oblečení a tenisky do vnitřních prostor, láhev na pití, kopie kartičky pojištění, potvrzení o bezinfekčnosti dítěte.

**Program:**

## Pátek 8. 11. 2024

16:00-17:30  
17:30-19:00  
19:00-22:00  
22:00

příjezd, uvítání, občerstvení, společné hry  
ubytování a večeře  
trampolíny, kruhový trénink, nácvik společné choreografie  
odchod domů

## Sobota 9. 11. 2024

09:00-12:00  
12:00-13:00  
13:00-14:30  
14:30-16:00  
16:00-18:00  
18:00-19:30  
19:30-22:00  
22:00

workshop se švihadly s A. Krátkou a Š. Sadílkovu, svačina  
oběd  
Street dance  
společné hry, svačina  
trampolíny, jóga, funkční trénink  
večeře  
diskotéka, světelná show, hry, trampolíny  
odchod domů

## Neděle 10. 11. 2024

07:15  
09:00-11:00  
11:30  
12:30  
13:30-15:30  
16:00

sraz u SVČ, odjezd do Olomouce  
JumpAcademy Olomouc  
návrat do Rýmařova  
oběd  
společné hry  
odchod domů

**Kontakt:** Lucie Laštůvková tel.: 720 204 910, Email: lastuvkova@svcrymarov.cz

Projekt "Sport a zdraví/Sport i zdrowie, reg,č P.010.04.0017  
je spolufinancován z Fondu malých projektů Euroregionu Praděd.



**Interreg**Spolufinancováno  
Evropskou unií**Euroregion**  
Praděd/Pradziad**Česko - Polsko**

# DZIECI W RUCHU

**Miejsce wydarzenia:** Středisko volného času Rýmařov, Okružní 10, 795 01 Rýmařov**Data:** 8. – 10. listopada 2024**Wiek:** 7 – 12 lat**Posiłki:** obiad i kolacja, 2x przekąski, sposób picia (proszę o terminowe zgłaszanie ewentualnych alergii pokarmowych).**Co zabrać:** wygodny ubrania sportowe, tenisówki do użyciu w pomieszczeniach, butelkę do picia, kopię karty ubezpieczenia, potwierdzenie statusu dziecka wolnego od infekcji.**Program:****piątek 8. listopada**

16:00-17:30	przyjazd, powitanie, poczęstunek, gry ruchowe
17:30-19:00	zakwaterowanie i kolacja
19:00-22:00	trampoliny, trening obwodowy, wspólna choreografia
22:00	wyjazd na nocleg

**sobota 9. listopada**

08:00	śniadanie
09:00-12:00	warsztaty skakania na skakance z A. Krátká a Š. Sadíká, przekąska
12:00-13:00	obiad
13:00-14:30	Street dance
14:30-16:00	gry ruchowe, przekąska
16:00-18:00	trampoliny, joga, trening funkcjonalny
18:00-19:30	kolacja
19:30-22:00	dyskoteka, pokaz świetlny, gry i zabawy dla dzieci, trampoliny
22:00	wyjazd na nocleg

**niedziela 10. listopada**

6:30	śniadanie
7:20	wyjazd w kierunku Olomouc
09:00-11:00	JumpAcademy Olomouc, przekąska
11:30	wyjazd w kierunku Rýmařov
12:30	obiad
13:30-15:30	wspólne gry
16:00	wyjazd do domu

**Kontakt:** Lucie Laštůvková tel.: 720 204 910, Email: lastuvkova@svcrymarov.cz**Projekt "Sport a zdraví/Sport i zdrowie, reg,č P.010.04.0017  
je spolufinancován z Fondu malých projektů Euroregionu Praděd.**