

SOKOL VALEČ

Tělocvičná jednota Sokol Valeč bude ve školním roce 2022/2023 organizovat níže uvedená cvičení. Cvičení budou probíhat většinou ve školní tělocvičně. Podmínkou účasti dětí je členství v Sokole. Rodiče vyplní přihlášku do Sokola, kterou obdrží od vedoucího cvičení, nebo si stáhnou na webu jednoty.



PRO KOJENCE A BATOLATA - KLUBÍK pro kojence a batolata - **každé pondělí od 15:00 do 18:00** v klubovně Sokola Valeč vedle pošty. Náplň: hraní a seznámení dětí v kolektivu, možnost cvičení doprovázené říkadly a básničkami. Cvičení vedou – Eva Saláková tel. 734559249, salakova2@seznam.cz a Klára Hnízdilová tel. 732 444 968 klaraforetarova@seznam.cz



CVIČENÍ PRO RODIČE S DĚTMI - (pro malé děti do 5. let). **Středa 16:00 - 17:00** začínáme **5.10.** v tělocvičně ZŠ hravou formou se děti učí koordinovanému pohybu v kolektivu a tmelí se se svými vrstevníky. Cvičení na náradí, tanečky s hudbou, hra s míči. Cvičení vede - *Věra Čaňková* tel. 724662070, cankovav26@gmail.com



CVIČENÍ VŠESTRANNOSTI - PRO PŘEDŠKOLÁKY A ŠKOLÁKY (od 4 let nahoru). **Středa 17:00 - 18:30**, začínáme **28.9.** Náplní je pohyb všeho druhu. Formou hry, soutěží a průpravných cvičení se učíme koordinovanému pohybu, získání síly a obratnosti. Nechybí pohybové a míčové hry, cvičení na žíněnce, náradí. Cvičení vede - *Mirek Čaněk* tel.: 724162498, mcanek@seznam.cz



FLORBAL - MINI A MLADŠÍ ŽÁCI (cca 1.- 6. třída). **Čtvrtek, 17:00 - 18:30** začínáme **29.9.** Cvičení všestrannosti a florbalu. Cvičení vede Petr Doležal. p2dolezal@seznam.cz

FLORBAL - STARŠÍ ŽÁCI (cca 12 let a výše). **Čtvrtek 18:30 - 20:00**, začínáme **29.9.** Cvičení vede Dominik Zahrádka



MODERNÍ GYMNASTIKA - bude probíhat nábor nových gymnastek (nar. 2017-2018), který proběhne ve čtvrtek **8.9.** 15:30 - 16:00 v tělocvičně ZŠ. Oddíl vede - *Kateřina Dlabáčová* tel.: 724410291, dlabacova.k@gmail.com. Více info www.gym-valec.cz



CVIČENÍ NA VELKÝCH MÍČÍCH - (pro všechny). **Čtvrtek 19:00 - 20:00** na Zámku ve Valči sálek Moravia, začínáme **6.10.** Cena 30,-Kč za 1 cvičení, pokud nejste členy TJ Sokol Valeč. Cvičení vede - *Věra Čaňková* tel.: 724662070, cankovav26@gmail.com



VOLEJBAL - organizovaný společně s SK Valeč (pokročilí hráči - junioři a dospělí). **Čtvrtek 20:00 - 21:30** Bližší informace – *Romana Nováková* tel.: 775654560.



NOVĚ - CVIČENÍ S HUDBOU, AEROBIC (pro děvčata). **Čtvrtek 16:00 - 17:00** začínáme **6.10.** v tělocvičně ZŠ. **Obsahová náplň bude přizpůsobená věkové skupině nahlášených děvčat.** Cvičení vede - *Věra Čaňková* tel. 724662070, cankovav26@gmail.com

Všechny tyto informace a mnoho dalšího o našich aktivitách se dozvíte na našich nových stránkách www.sokolvalec.cz



ČESKÁ OBEC
SOKOLSKÁ

NAŠE MISE

VEDEME ČECHY K POHYBU
A SPOLEČNÉ AKTIVITĚ

NAŠE HODNOTY

SPORT