

# ŠKOLA SPORTU - TJ METEOR A SK ELIM TEAM

NABÍZÍ PRO ŠKOLNÍ ROK 2013-2014

SPORTOVNÍ KROUŽKY PRO DĚTI

## MODERNÍ GYMNASTIKA

ZÁKLADY MODERNÍ A ESTETICKÉ GYMNASTIKY CVIČENÍ BEZ NÁČINÍ A S NÁČINÍM – ŠVIHADLO MÍČ, OBRUČ, STUHA..., AKROBACIE, CVIČENÍ S HUDBOU, TANEČNÍ A BALETNÍ PRŮPRAVA, ROZVOJ POHYBLIVOSTI, KOORDINACE, SPRÁVNÉHO DRŽENÍ TĚLA, LADNOSTI ...

## AEROBIK, ZUMBA, TANEČ

RYTMICKÁ CVIČENÍ S MODERNÍ HUDBOU, S MODERNÍMI TANEČNÍMI PRVKY, ZVYŠOVÁNÍ KONDICE A KOORDINACE PRO ZAČÁTEČNÍKY I POKROČILÉ VE VŠECH FORMÁCH ...

## BALET

SPRÁVNÉ DRŽENÍ TĚLA, TANEČNÍ A BALETNÍ KROKY A CVIČENÍ S HUDBOU, ZÁKLADY KLASICKÉ BALETNÍ TECHNIKY, POHYBOVÉ BALETNÍ A TANEČNÍ VAZBY..

## SPORTOVNÍ HRY

VŠESTRANNÉ VYŽITÍ PRO KLUKY I HOLKY, ROZVOJ OBRATNOSTI, RYCHLOSTI, SÍLY, KOORDINACE, MÍČOVÉ, KOLEKTIVNÍ A SPORTOVNÍ HRY, ATLETICKÁ PRŮPRAVA, VYUŽITÍ SPORTOVNÍHO NÁČINÍ A NÁŘADÍ...

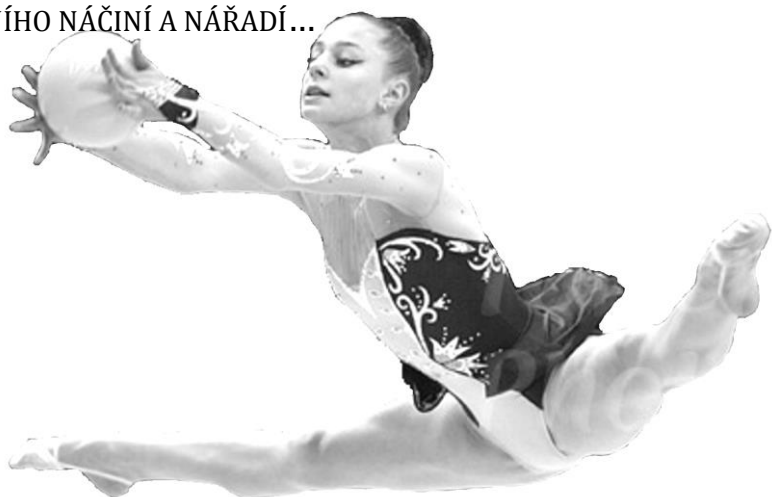
## Z Á P I S

STŘEDA 11.9. A ČTVRTEK 12.9.

OD 14.00 DO 16.00 HODIN

V DRUŽINĚ ZŠ ROŽNOV

PŘIHLÁSIT LZE TAKÉ E-MAILEM



CVIČENÍ BUDE PROBÍHAT OD ŘÍJNA 1X TÝDNĚ V PROSTORÁCH ZŠ ROŽNOV /K VYUŽITÍ JE MALÁ A VELKÁ TĚLOCVIČNA, ZRCADLOVÝ BALETNÍ A GYMNASTICKÝ SÁL, A HŘIŠTĚ S UMĚLÝM POVRCHEM/ POD VEDENÍM KVALIFIKOVANÝCH TRENÉREK - CENA KROUŽKU NA POLOLETÍ JE OD 1000,-KČ/POL. BLIŽŠÍ INFORMACE A DOTAZY NA TEL. 602835075 – P.BUBLÍKOVÁ, 774992021P.BLÁHOVÁ PŘIHLÁŠKA e-mailem do 16.9.: monika.bublikova@quick.cz

# ŠKOLA MG A SPORTU - TJ METEOR A SK ELIM TEAM ČESKÉ BUDĚJOVICE

---

VÁŽENÍ RODIČE,

ŠKOLA MG A SPORTU při TJ METEOR a SK ELIM TEAM, která působí v ZŠ Rožnov již 22 let, nabízí pro školní rok 2013/2014 následující sportovní program pro děti - začátečníky i pokročilé.

**MODERNÍ GYMNASTIKA** - cvičení pro krásu a ladnost - zahrnuje cvičení bez náčiní, balet, tanec, akrobacii, cvičení s náčiním /švihadlo, obruč, míč, kužele, stuha/

**ESTETICKÁ SKUPINOVÁ GYMNASTIKA** - spojeno s moderní gymnastikou - skupinové skladby s prvky gymnastiky, baletu a tance

**AEROBIK -TANEC-ZUMBA** - rytmické a taneční prvky aerobiku, zumbly, moderního tance a fitness, pohybové skladby

**BALET** - klasická baletní školička

**VŠECHNA CVIČENÍ OBSAHUJÍ** všestrannou pohybovou přípravu, základní gymnastiku, rytmická cvičení s hudbou, pohybové skladby, taneční přípravu, baletní přípravu, akrobacii, hry.... nadaná děvčátka jsou postupně zařazována do výběrových závodních skupin

**ÚSPĚCHY:** děvčata získávají medaile a tituly jak na poli oblastním, tak v rámci celé ČR, čtyřnásobné **Mistryně ČR** v družstvech MG, 2 tituly **Mistryně ČR** jednotlivkyň MG v roce 2012 titul "**Nejlepší jihočeský sportovec roku do 15ti let**" v roce 2011 v týmech !!!

**ORGANIZACE:** cvičení probíhá po vyučování v prostorách ZŠ Rožnov/2 tělocvičny, zrcadlový sál, / pod vedením kvalifikovaných a zkušených trenérek v době mezi 12. a 15. hodinou - dle rozvrhů, které budou stanoveny po vytvoření jednotlivých skupin. Cvičit začínáme od 23.9. 2013, rozvrh obdrží přihlášené děti do 20.9. s dalšími organizačními pokyny.

**ZÁPIS+INFORMACE:** STŘEDA 11.9. a čtvrtek 12.9. v družině ZŠ od 14.00 do 16.00 hodin

Přihlášku je možné odevzdat paní učitelce ve třídě, přihlásit dítě e-mailem nebo telefonicky

telefony: 602835075 M.Bublíková, 774992021 J.Bláhová e-mail: monika.bublikova@quick.cz

Monika Bublíková - hlavní trenérka

---

## Nabídka pro školní rok 2013-2014

1 MG	Moderní Gymnastika - rekreační	1x týdně	1500,- Kč/pololetí
2 MG	Moderní gymnastika - soutěžní "B"	2x týdně	2000,- Kč/pololetí
3 MG	Mod. Gymn. + balet - soutěžní "A"	3x týdně	2500,- Kč/pololetí
1 AE	Aerobic + tanec + zumba - rekreační	1x týdně	1000,- Kč/pololetí
AE	Aerobik + tanec + zumba+ pohyb skladby	2x týdně	2000,- Kč/pololetí
1 B	Balet	1x týdně	1200,- Kč/pololetí
1MG+1AE nebo 1MG+1B nebo 1AE+1B		2xtýdně	2000,- Kč/pololetí
2MG+1AE nebo 2AE+1MG nebo 2AE+1B 1MG+1AE+1B		3xtýdně	2500,- Kč/pololetí

Jednotlivé specializace lze různě spojovat, při výběru 2 a více specializací je cena zvýhodněna

Platby se provádějí vždy na pololetí popř. na celý školní rok, po domluvě lze platit i měsíčně

---

## PŘIHLÁŠKA

/prosíme odevzdat p. učitelce do 13.9.2013 nebo poslat e-mailem/

Přihlašuji svoji dceru na cvičení ve školním roce 2013/2014

Jméno a příjmení ..... nar. .... Třída ZŠ .....

Název a číslo cvičební skupiny /kurzu/ .....

Podpis rodičů .....

tel. spojení .....

## VÁŽENÍ RODIČE,

**ŠKOLA MG A SPORTU při TJ METEOR a SK ELIM TEAM**, která působí v ZŠ Rožnov a MŠ Papírenská již 23 let, nabízí pro školní rok 2013/2014 následující sportovní program pro chlapce .

### SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ HRY - ROZŠÍŘENÁ TĚLESNÁ PŘÍPRAVA A VŠESTRANNOST

Míčové hry, atletická příprava, gymnastická příprava, koordinace, obratnost, sportovní a pohybové hry...  
Cvičení bude probíhat po vyučování v prostorách ZŠ Rožnov/2 tělocvičny, venkovní hřiště a sportoviště/  
pod vedením kvalifikovaných a zkušených trenérek.

Cvičit začínáme od 23.9. 2013 podle rozvrhu, který přihlášené děti obdrží do 20.9. s dalšími pokyny.

Platby se provádějí vždy na pololetí nebo celý školní rok, po domluvě lze platit měsíčně

**Zápis+informace:** STŘEDA 11.9. a čtvrtek 12.9. v družině ZŠ od 14. do 16. hodin

Přihlášku je možné odevzdat paní učitelce ve třídě, přihlásit dítě e-mailem nebo telefonicky

telefony: 602835075 M.Bublíková, 774992021 J.Bláhová e-mail: monika.bublikova@quick.cz

Monika Bublíková - hlavní trenérka

.....  
**PŘIHLÁŠKA** /prosíme odevzdat p. učitelce do 13.9.2013 vyplněné - nebo zaslat mailem/

Přihlašuji svého syna na cvičení ve školním roce 2013/2014

Jméno a příjmení ..... nar. .... Třída ZŠ .....

Sportovní hry	2x týdně	1600,- Kč/pololetí
/zaškrtněte/	1x týdně	1000,- Kč/pololetí

Podpis rodičů .....

tel. spojení .....