

NABÍDKA AKTIVIT V OBCI 2021/2022



Pondělí:

- 16:00 – 17:00 **KOLEKTIVNÍ SPORTY** (TJ) – sokolovna (venkovní sportovní areál) – pro děti. Během celého roku si děti vyzkouší různé míčové hry jako je florbal, fotbal, házená, ringo, vybíjená... nebudou chybět ani zábavné sportovní hry. Těší se na vás Antonín Bubeník a Pavel Grepl.
- 17:00 – 18:00 **TVOŘIVÉ RUČIČKY** (TJ) – klubovna sokolovny – pro děti. Každý týden si vyzkoušíme jednoduchý pokus, do kterého se zapojí i děti, následně si vyrobíme nějaký obrázek, výrobek, který bude zaměřen na dané období v roce. Budeme zkoušet různé techniky a kouzla s barvami. Děti mohou navštěvovat kroužek doprovodu rodiče nebo i sami (úměrně věku). Těší se na vás Monika Trojáková.
- 18:30 – 19:30 **STOLNÍ TENIS** (TJ) – sokolovna – pro všechny. Pokud nemáš svoji pátku a míčky nevadí, vše rádi zapůjčíme.

Úterý:

- 15:00 – 16:00 **TANG SOO DO** (DDM) – sokolovna – pro děti. Jedná se o korejské bojové umění, sebeobranou disciplínu, zformovanou na základě starodávných korejských bojových systémů. Těší se na vás Jan Sýkora.
- 17:00 – 19:00 **FOTBAL** (TJ) – venkovní sportovní areál – trénink mužů.
- 17:00 – 18:00 **FLAMENCO** (PSH) – sokolovna – pro děti. Děti se během roku naučí choreografii, se kterými budou jezdit na soutěže a veřejně vystupovat. Pořizuje se i kostým. Těší se na vás Helena Gálová.
- 18:00 – 19:00 **FLAMENCO** (PSH) – sokolovna – pro ženy (pokročilé). Ženy se během roku naučí choreografii, se kterými budou jezdit na soutěže a veřejně vystupovat. Pořizuje se i kostým. Těší se na vás Helena Gálová.
- 19:00 – 20:00 **FLAMENCO** (PSH) – sokolovna – pro ženy (začátečnice). Tento kurz je určen pro úplné začátečnice a obsahuje 10 lekcí, nemusíte si pořizovat kostým ani drahé boty, stačí jen přijít a vyzkoušet. Těší se na vás Helena Gálová.

Středa:

- 15:00 – 17:00 **KNIHOVNA** – obecní úřad – půjčovna knih. Těší se na vás Petr Kumstát.
- 15:00 – 16:00 **ATLETIKA** (TJ) – sokolovna (venkovní sportovní areál) – pro děti. Zaměříme se na běh, hod a skok a budeme se snažit děti připravit na atletické a běžecké soutěže. Těší se na vás Pavel Grepl, Helena Gálová a Ivana Nečasová.
- 15:00 – 16:00 **MAŽORETKY** (DDM) – sokolovna – pro děti. Těší se na vás Kateřina Tumaková.
- 16:00 – 16:45 **MŠE SVATÁ** – kostel sv. Kateřiny.
- 18:30 – 20:00 **JÓGA** (TJ) – sokolovna – pro všechny. Cvičení jógy posiluje náš hluboký stabilizační systém i svaly na celém těle, protahuje svaly, vazy a šlachy, díky kterým jsme pružnější a cítíme se ve vlastním těle lépe. Těší se na vás Pavel Heger.

Čtvrtek:

- 13:00 – 16:00 **KLUB DŮCHODCŮ** – klubovna sokolovny – pro důchodce. Společné setkávání důchodců s povídáním, zpíváním, občerstvením a tvořením.
- 16:00 – 17:00 **STOLNÍ HRY** – (TJ) – klubovna sokolovny – pro děti, rodiče s dětmi i dospělé. Pro všechny, kteří rádi hrají deskové a jiné společenské hry. Těší se na vás Monika Trojáková.
- 16:00 – 17:00 **TANCOVÁNÍ** (PSH) – sokolovna – pro děti do 7 let. Děti se během roku naučí choreografii, se kterými budou jezdit na soutěže a veřejně vystupovat. Pořizuje se i kostým. Těší se na vás Helena Gálová.
- 17:00 – 18:00 **TANCOVÁNÍ** (PSH) – sokolovna – pro děti od 8 let. Děti se během roku naučí choreografii, se kterými budou jezdit na soutěže a veřejně vystupovat. Pořizuje se i kostým. Těší se na vás Helena Gálová.
- 17:00 – 19:00 **FOTBAL** (TJ) – venkovní sportovní areál – trénink mužů.
- 18:00 – 19:00 **AEROBIC MIX** (PSH) – sokolovna – pro všechny. Jedná se o lekci s aerobickou rozcívkou, následuje choreografie na stepu, 3 zumbové písničky, posilování a závěrečné protažení. Těší se na vás Helena Gálová.
- 19:00 – 20:00 **ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ** (TJ) – sokolovna – pro všechny. Jedná se o klidné cvičení, které využívá řadu pomůcek k protažení celého těla. Těší se na vás Jaroslava Šnoblová.

Pátek:

- 16:00 – 17:00 **KLUB MLADÝCH LETCŮ** (Aeroklub) – letiště – pro děti. Klub mladých letců je projekt, jehož cílem je rozvoj sportovní a branně technických dovedností a aktivit dětí a mládeže se zájmem o letecké sporty.
- 17:00 – 18:30 **FLORBAL** (TJ) – venkovní sportovní areál – pro všechny.

Neděle:

- 9:30 – 10:15 **MŠE SVATÁ** – kostel sv. Kateřiny.

Vysvětlivky:

- TJ – Tělovýchovná jednota Staré Město
- DDM – Dům dětí a mládeže Moravská Třebová
- PSH – Pohybové studio Háčko Staré Město