



SPORTOVNÍ ODDĚLENÍ

DDM Pastelka
uherský ostroh



UHERSKÝ OSTROH

PŘEDŠKOLNÍ DĚTI				
KROUŽEK	ČAS	INFORMACE O KROUŽKU	VEDOUcí	CENA
AEROBIKOVÁ ŠKOLIČKA	Středa 16:00 – 17:00	Pohybové a hudební hrátky, nácvik základních kroků a rozvoj rytmického cítění.	Veronika Omelková	600 Kč za rok
SPORTOVNÍ KLUBÍK	Čtvrtek 17:00 - 18:00	Hravá forma rozvoje motorických schopností, pohybové hry.	Tereza Jurásková	500 Kč za rok
ŠKOLIČKA BRUSLENÍ	Sobota 7:15 - 8:45	Výuka bruslení zábavnou formou pro kluky a holky od 4 let. Zahájení 21. 9. 2019.	Eva Hlůšková a Natálie Hlůšková	800 Kč za rok
DĚTI A MLÁDEŽ				
AEROBIK I	Úterý 16:00 – 17:00 DDM Uh. Ostroh Pátek 16:00 – 17:00 ZŠ Uh. Ostroh	Určeno dětem (do 7 let), které se chtějí zdokonalit v aerobiku a účastnit se soutěží.	Tereza Ondračková a Tereza Křiváková	1 200 Kč za rok + dres
AEROBIK II	Úterý 16:00 – 17:00 ZŠ Uh. Ostroh Čtvrtek 16:00 – 17:00 DDM Uh. Ostroh	Určeno dětem (8 – 10 let), které se chtějí zdokonalit v aerobiku a účastnit se soutěží.	Veronika Omelková a Tereza Jurásková	1 200 Kč za rok + dres
AEROBIK III	Pondělí 17:00 – 18:00 ZŠ Uh. Ostroh Pátek v jednání Hala Uh. Ostroh	Určeno dětem (11 – 13 let), které se chtějí zdokonalit v aerobiku a účastnit se soutěží.	Kateřina Pijáčková a Veronika Omelková	1 200 Kč za rok + dres

AEROBIK IV	Pondělí 18:00 – 19:00 ZŠ Uh. Ostroh Středa 17:00 – 18:00 DDM Uh. Ostroh	Určeno dětem (14 let a více), které se chtějí zdokonalit v aerobiku a účastnit se soutěží.	Veronika Omelková	1 200 Kč za rok + dres
GYMNASTICKÁ PRŮPRAVA	Úterý 17:00 – 18:00	Gymnastika hravou formou, pohybová průprava, základní gymnastické prvky.	Tereza Jurásková	600 Kč za rok
JÓGA PRO DĚTI	Pondělí 16:00 – 17:00	Jóga pro děti hravou formou.	Iva Karafiátová	600 Kč za rok
KUNG FU	Úterý 16:30 – 18:00 začáteč. +pokročilí Čtvrtek 17:00 – 18:00 pokročilí	Kung fu styl 7 hvězd kudlanky nábožné (od 9 let).	Pavel Kozumplík	600 Kč za rok (1x týdně) 1200 Kč za rok (2x týdně)
PARKOUR	Středa 17:00 – 18:00 18:00 – 19:00 Hala Uh. Ostroh	Parkour vyjadřuje svobodu pohybu. Jedná se o skoky přes překážky a další akrobacii.	František Zerzář, Martin Valenta a Dominik Chrástek	800 Kč za rok
PLAVÁNÍ	Středa 17:00 – 18:00	Výuka plavání v bazénu ZŠ Bzenec, 1 lekce=45 minut kurz 11. 9. -4. 12. 2019	Eva Hlůšková	1 500 Kč za 12 lekcí
STOLNÍ TENIS	Pátek 17:00 - 19:30 začátečníci Středa 18:00 - 19:30 závodníci	Pinec pro kluky i holky, výuka správných grifů pro budoucí vítěze.	Michal Chmelař	600 Kč za rok
ŠKOLA BRUSLENÍ	Sobota 7:15 - 8:45	Výuka základů bruslení a správné techniky hravou a zábavnou formou. Zahájení 21. 9. 2019.	Nicol Hlůšková a Kateřina Ondrová	800 Kč za rok
TEEN GYM	Pondělí 15:30 – 16:30	Nový kroužek pro holky i kluky od 10 let, kteří si chtějí zacvičit, zpevnit a posílit své tělo a naučit se základy správného cvičení.	Veronika Omelková	600 Kč za rok
TENIS	Čtvrtek 17:00 - 18:30	Základy a pravidla hry, dvouhry, čtyřhry. Zahájení 12. 9. 2019	Petr Šembera	800 Kč za rok

TRAMPOLÍNKY JUNIOR	Středa 18:15 - 19:15	Zábavná a efektivní forma jumpingu, výuka skoků, kroků. Pro děti od 13 let.	Anna Vozábalová	700 Kč za rok
TRAMPOLÍNKY KADET	Pondělí 18:00 - 19:00	Zábavná a efektivní forma jumpingu, výuka skoků, kroků. Pro děti 11 – 13 let.	Anna Vozábalová	700 Kč za rok
TRAMPOLÍNKY KIDS	Pondělí 17:00 - 18:00	Zábavná a efektivní forma jumpingu, výuka skoků, kroků. Pro děti do 10 let.	Anna Vozábalová	700 Kč za rok
TRAMPOLÍNKY VÝBĚR	Pátek 17:00 - 18:00	Pro ty, kteří se chtějí intenzivněji věnovat jumpingu a účastnit se soutěží.	Anna Vozábalová	700 Kč za rok

KURZY PRO DOSPĚLÉ

JÓGA I. s Ivou Karafiátovou	Pondělí 17:00 – 18:00 18:00 – 19:00 (2 skupiny)	Jóga je nejstarší systém cvičení rozvoje lidského ducha i těla.	Iva Karafiátová	1000 Kč za pololetí
JÓGA II. s Ivanou Kočí	Úterý 18:00 – 19:00	Jóga je nejstarší systém cvičení rozvoje lidského ducha i těla.	Ivana Kočí	1000 Kč za pololetí
PILATES	Pátek 17:00 – 18:00 18:00 – 19:00 (2 skupiny)	Cvičení rozvíjí koordinaci, sílu, rovnováhu, flexibilitu a dýchání.	Iva Karafiátová	1000 Kč za pololetí
STOLNÍ TENIS	Středa 18:00 - 19:30 závodníci	Výuka stolního tenisu, pravidla hry, dvouhra, čtyřhra.	Michal Chmelař	700 Kč za pololetí
TAI JI	Úterý 19:00 - 20:00	Zdraví zlepšující taoistické umění.	Pavel Kozumplík	800 Kč za pololetí