



**P**lavání  
**O**rienták  
**C**yklistika  
**T**enis  
**A**tletika

VŠESTRANNÝ SPORTOVNÍ KROUŽEK

**pocta**  
pocta.bikegallery.cz  
734 233 214

POCTA NABÍZÍ  
PRÍMĚSTSKÉ KEMPY  
SPORTOVNÍ A ROČNÍKÉ AKCE  
JUNIOR KLUB  
RESPEKT  
ZDRAVÉ AMBICE

The BIKE  
BIKE GALLERY  
SPOLU

**TERMÍN sobota 30.7. - sobota 6.8. 2022**

**SPORTOVNÍ AKCE - Žacléř Prkenný Důl**



**sobota 30.7.2022**

9:00 hod sraz v Braníku ul.U Kempinku až u vody ( velký prostor ) doprava individuální  
9:30 hod odjezd  
12:45 hod nejpozději sraz na místě v areálu pro ostatní  
13:00 hod oběd  
14:30 hod pokyny jak vše bude fungovat  
15:00 – 17:00 hod - poznávání okolí  
17:30 hod seznámení o pravidlech na soustředění  
18:00 hod večeře  
19:00 hod seznámení o sportovní hře  
19:30 hod TJ strečink  
20:00 druhá večeře  
20:30 hod večerka starší 21:30 hod

**neděle 31.7.2022**

7:45 hod. budíček 7:15 hod pro ty co chtějí na rozcvičku  
8:00 hod. snídaně  
10:00 – 13:00 hod TJ starší do Trutnov Trails <https://trutnovtrails.cz/>  
13:00 hod oběd  
14:30 – 17:00 hod sportovní odpoledne 3 SKUPINY  
17:30 - 18:00 hod příprava na oheň  
18:00 hod večeře  
19:00 hod zhodnocení dne  
19:30 hod protažení  
20:00 hod schody  
21:00 hod večerka

**pondělí 1.8.2022**

7:45 hod budíček – 7:15 hod Adél  
8:00 hod snídaně  
9:30 hod - 12:30 hod Olympiáda  
13:00 hod oběd  
14:00 - 16:00 hod TJ  
16:30 hod lesní dobrodružství  
18:00 hod večeře  
19:30 hod sauna whirlpool regenerace  
21:00 hod - večerka

**úterý 2.8.2022**

7:45 hod budíček 7:15 hod Gabča jóga  
8:00 hod snídaně v případě možnosti výlet Adršpach  
10:00 – 12:30 hod TJ  
13:00 hod oběd  
14:30 – 17:00 hod sportovní odpoledne  
17:00 hod Radek - závody  
18:00 hod večeře  
19:00 hod zhodnocení dne  
19:30 hod protažení  
20:00 hod večerka

### **středa 3.8.2022**

7:45 hod budiček – 7:15 hod Radek  
8:00 hod snídaně  
9:00 hod vyrazíme směr aqvapark Trutnov  
11:00 hod svačina  
12:30 hod oběd  
15:30 hod 2 svačina  
16:30 hod návrat  
18:30 hod večeře  
19:30 hod film  
19:30 - 21:30 hod volný program druhá věča  
21:30 hod večerka

### **čtvrtek 4.8.2022**

7:45 hod. budiček  
8:00 hod snídaně  
10:00 - 12:30 hod sportovní dopoledne  
13:00 hod oběd  
13:30 - 17:30 hod sportovní odpoledne  
18:00 hod večeře  
19:00 - 20:30 hod sauna - whirlpool  
20:30 hod druhá večeře  
21:00 hod večerka

### **pátek 5.8.2022**

7:45 hod. budiček  
8:00 hod. snídaně  
10:00 - 12:30 hod sportovní dopoledne - UKONČENÍ HRY  
13:00 hod oběd  
13:30 - 17:30 hod volný program  
18:00 hod večeře  
19:00 - 20:30 hod pohádka  
20:30 hod druhá večeře  
21:00 hod večerka

### **sobota 6.8.2022**

7:45 hod budiček  
8:00 hod snídaně  
8:30 - 9:30 hod balení  
10:30 - 11:30 hod předání dětí v Žacléři  
dle dohody cca 14:30 hod Praha - Braník

**VOLÁNÍ BUDE MOŽNÉ POUZE VEDOUCÍM SPORTOVNÍ AKCE - NA VOLÁNÍ PŮJČÍME DĚTEM TELEFON**

**RODIČE SI MOHOU VOLAT TRENÉRŮM každý den 18:30 - 19:00 hod. V úterý a čtvrtek 8:30 - 9:00 hod.**

**734 233 214 Radek - Gabča**

KOLA MUSÍ MÍT DĚTI VE 100% STAVU.

