

Klub orientačního běhu Ústí nad Labem KOBUL pořádá kroužek



ORIENTAČNÍ BĚH

Poznejte nádherný sport, který rozvíjí fyzickou kondici, myšlení a orientaci v terénu.

Zveme všechny nové zájemce, chlapce a děvčata ze 4. a 5. tříd základních škol (popř. i mladší žáky) na jeden z nejkrásnějších sportů, kde se kombinuje pohybová aktivita se strategickým myšlením.

PROGRAM:

Na podzim a na jaře (září-říjen, duben-červen) trávíme čas venku (např. Střížovický vrch, Erbenka) vždy od 16:30 - 18:30 hod.

V době zimních a „kratších“ dní, od listopadu do března, se scházíme v tělocvičně ZŠ Palachova od 16:00 - 18:00 hod.

Kromě pohybu (pro začátek je to spíše zábava, pomalý klus či procházkové tempo), se děti budou učit orientovat v terénu, naučíme je pracovat s mapou i buzolou, samostatně se rozhodovat, fair play a pomoc ostatním. Naučí se mít kladný vztah k přírodě. V zimním období na ně čekají různé hry v tělocvičně, teoretické řešení logických úloh spojené s orientací a mapou.

Během roku budou pořádány víkendové akce s tréninky v terénu i závody pro začátečníky, kde jsou samozřejmě vítáni i rodiče. Dále se děti (možno i s rodiči) budou účastnit závodů, které se pořádají v okolí (Teplice, Děčín, Roudnice n/L, Liberec).

Zveme žáky i rodiče na úvodní trénink, který se uskuteční:

Ve středu 13. 9. 2017 od 16:30 hodin, na dětském hřišti pod Střížákem (z ulice Střížovická).

Děti si již vezmou vhodnou obuv a sport. věci na převlečení.

Bude-li se, vám úvodní lekce a program kroužku líbit, můžete vyplnit přihlášku. Poplatek na podzimní část můžete zaplatit na místě nebo do 14 dní.

Poplatky: 1.500 Kč na rok za dítě.

Poplatky obsahují veškeré náklady na střeďeční tréninky (pronájmy včetně šaten, sprch, mapový materiál). Neobsahují jízdné a náklady případných akcí či závodů.

Tréninky povede a dotazy zodpoví **Michael Glöckner** s kolektivem trenérů.

Další informace o klubu a kroužku najdete na **www.kobul.cz**

Michal Glöckner, předseda klubu
+420 777 154 118, info@kobul.cz

