

# ZKL247 – Zájmový letní sportovní kurz TAI-ČI

<b>Termín:</b>	<b>6. 7. - 13. 7. 2019</b>
<b>Cena:</b>	<b>3 596 Kč</b> 2050 Kč (ubytování, bez dopravy) částka se posílá na účet!!! 1546 Kč (strava) částka se vybírá hotově v den zahájení kurzu!!!
<b>Místo:</b>	Dobronice u Bechyně, Sportovní středisko VŠE Praha
<b>Vedoucí kurzu:</b>	Helena Mázlová
<b>Doprava:</b>	vlastní
<b>Ubytování:</b>	chatky
<b>Strava:</b>	plná penze

## **Program:**

Cvičení v pomalém tempu, kruhové kontinuální pohyby.  
Malá forma tai-či. Princip pohybu v tai-či a jeho využití pro život.  
Nepotřebujete fyzickou sílu, rychlost, vytrvalost.  
Další pohybové aktivity, které středisko umožňuje např.: pramičky, kanoe, kajaky, badminton, pétanque, tenis, volejbal, florbal....  
Vše dle vašich aktuálních možností.

## **Vybavení:**

Sportovní oblečení volnější. Může být chladněji a cvičíme venku. Obuv s nižší, měkkou podrážkou, tenisky, boty do vody, (počítejte s tím, že se vám některé oblečení i boty namočí), ev. hudební nástroj. Základní zdravotní potřeby, léky které užíváte, obinadlo.

**Kontakt:** Helena Mázlová, [mazlova@vse.cz](mailto:mazlova@vse.cz),

**!!! POZOR !!!**

*Před zapsáním na zájmový letní sportovní kurz si pozorně prostudujte [pokyny pro přihlášení](#) a pečlivě vyplňte [přihlášku](#).*