**Příměstský tábor dětí 5-14 let**

**Místo*:* tělocvična Hostivař** - V Chotejně 1297/11 – Praha 10, Hostivař

**Kdy:** termín, který jste si vybrali – každý den 8:00 až 16:00 ( možnost vyzvednutí dětí až do 17:00 )

***První den srazu budete předkládat ke kontrole:***

1) Posudek od lékaře (nesmí být starší než 2 roky)

2) Prohlášení rodičů, souhlas s ošetřením a potvrzení o bezinfekčnosti (viz. www.gympra.cz/dokumenty)

3) Kopie kartičky pojišťovny

4) Kapesné (mohou mít děti u sebe)

5) Léky + dávkování

**S sebou:**

Oblečení na ven dle počasí, oblečení do tělocvičny, podepsanou láhev na pití a plavky s ručníkem v den koupání.

**CO VÁS ČEKÁ:**

Týden plný sportu, her a zábavy pod vedením zkušených trenérů z Gymnastické akademie Praha. Vaše děti se mohou těšit jak na sportovní, tak i vědomostní soutěže, výlety do přírody, koupání v Hostivařské přehradě, paddleboard, slackline, výtvarnou dílnu, ale také longboard! Základním zázemím je plně vybavená gymnastická hala s trampolínou a molitanovou jámou, kde si děti mimo jiné vyzkouší i základy gymnastiky a parkouru.

- závody na longboardech
- vodní hry a paddleboard
- slackline

- parkour

- pohybové hry: šátkovaná, opičí dráha, červená-bílá, podbíhání pod lanem, …
- rozvoj myšlení a tvořivosti: kvízy, myšlenkové mapování, gordický uzel, vlaštovky, …
- mini olympiáda (skok do dálky, trojskok, běh na krátkou vzdálenost, …)
- procházky na hřiště a venkovní posilovnu

***Kontaktní osoba:*** *Mgr. Goldman Marek: e-mail:* *gymprakemp@seznam.cz* *, Telefon: 721 312 185*