



Program příměstského tábora parkour

**Dětem se budou věnovat licencovaní trenéři se zdravotním kurzem.
Strava zajištěna 3x denně + pitný režim po celý den.**

Pondělí:

- Seznámení s trenéry a ostatními dětmi (děti čeká spousta her)
- Proskákání našeho parkourového zázemí a okolních míst na parkour
- První ochutnávka našeho skvělého cateringu (vždy svačina, oběd, svačina)

Úterý:

- Výlet na Výstaviště v Holešovicích na největší parkourové hřiště ve Střední Evropě
- Využití veškerých možných hřišť a zábavy, které Výstaviště nabízí.
- S sebou bereme i slack-line, tenisáky, házecí talíře atd.

Středa:

- Celodenní výlet do Sportovního střediska v Říčanech, nebo do jedné z parkourových hal od In Motion Academy (Kladno, Praha)
- V Říčanech je parkourové hřiště, skatepark, obrovské dětské hřiště a mnoho dalšího
- Parkourové haly zase nabízí molitanovou jámu, všelijaké překážky a skákačké pomůcky

Čtvrtek:

- Návštěva koupaliště (stírka, koupaliště ládví, kvs praha, bazén šutka)
- Na koupališti máme pro děti připraveno spoustu zábavných her a parkourových výzev
- Po vyčerpávajícím bazénu nás čeká odpolední volné skákání v našem areálu

Pátek:

- Soutěže v disciplínách speedrun a freestyle na našem velkém parkourovém hřišti (běhací a skákačké soutěže přizpůsobené vždy věku dítěte)
- Odpolední kreslení do písku a vybrání nejkrásnějšího výtvaru
- Volné skákání před závěrečným rozloučením a ukončením tábora

Pořadatel si vyhrazuje právo na změnu programu v závislosti na počasí a schopnostech jedinců či skupin.

Alergie a omezení stravy nahlaste nejpozději týden předem na tel 778 003 880.

V případě deštivého počasí máme pro děti náhradní program u nás v tělocvičně, která se nachází zhruba 100m od místa, kde se s vámi každé ráno a odpoledne budeme potkávat.