

# Dobří(š) v pohybu

Přijďte si vyzkoušet, vybrat nebo se jen podívat na různé sportovní aktivity.  
Doporučíme sportovní oblečení a obuv a láhev s pitím s sebou.

Sportoviště jsou vyznačena v mapce.

**Najděte ten správný sport pro vaše dítě 😊.**

## Program neděle 10. 09. 2017:



### OK Dobříš – oddíl sportů v přírodě

<http://www.okdobris.cz/>

**KDE?** Atletický ovál při 2. ZŠ Dobříš, Školní 1035, Dobříš

**KDY?** 14.00 – 16.00 hodin

**CO?** Představení oddílu a orientačního běhu jako sportu pro celou rodinu.  
Ukázka tréninku nejmladších dětí, závodní trať pro děti a rodiče.



### Městský fotbalový klub Dobříš

<http://www.mfkdobris.cz/>

**KDE?** Areál MFK Dobříš, V Lipkách 1021, Dobříš

**KDY?** 10.00 – 16.00 hodin

**CO?** Akce „Fotbalový festival“ – možnost vyzkoušet si fotbalové dovednosti na stanovištích a různé formy tréninku.

14.00 hodin - fotbalové utkání přípravek



### Tenis centrum Dobříš

<http://www.teniscentrumdobris.cz/>

**KDE?** Tenis centrum Dobříš, V Lipkách 1754, Dobříš

**KDY?** 10.00 – 16.00 hodin

**CO?** Představení činnosti tenisové školy.

10.00 – 11.00 hodin – ukázková hodina tréninkové jednotky žáků

14.00 – 15.00 hodin – možnost zapojit se do tréninkové jednotky

15.00 – 16.00 hodin – nábor do tenisové školy



### Česká Asociace Krav Maga – Kapap

<https://www.cakmk.org/>

**KDE?** Budova České pošty, 2. patro, Komenského náměstí 536, Dobříš

**KDY?** 13.00 – 16.00 hodin

**CO?** Představení reálné sebeobrany pomocí bojového umění krav maga – kapap.

13.00 – 14.00 hodin - ukázkový trénink – děti od 10 do 14 let

14.30 – 16.00 hodin – ukázkový trénink – pro všechny starší 14 let



### Ge Baek Hosin Sool

<https://www.tkd.cz/>

**KDE?** Tělocvična Gymnázia Karla Čapka, Školní 1530, Dobříš

**KDY?** 14.00 – 16.00 hodin

**CO?** Představení bojového umění Taekwon do ITF, exhibice žáků a ukázková hodina sebeobrany pro veřejnost.

14.00 – 15.00 hodin – 1. ukázková hodina

15.00 – 16.00 hodin – 2. ukázková hodina



### Aerobik studio Orel Dobříš

<http://www.aerobikdobris.cz/>

**KDE?** Aerobik studio Orel Dobříš, 28. října 451, Dobříš

**KDY?** 10.00 – 14.00 hodin

**CO?** Představení sportovní činnosti a možnost si vyzkoušet níže uvedené kurzy:

10.00 hodin – miminka 3-6 měsíců – velký sál

- mini tanečky – děti 4-6 let – malý sál

10.30 hodin – miminka 6-9 měsíců – velký sál

- zumba&dance – děti 9 – 14 let – malý sál

11.00 hodin – miminka 9-12 měsíců – velký sál

- HIP-HOP – děti od 9 let – malý sál

11.30 hodin – batolátka 1-3 roky – velký sál;

- dětský aerobick – děti 5 – 14 let – malý sál

12.00 hodin – DNS–školička + předškolácci – 3-6 let – velký sál

- step aerobic – děti 9–14 let–malý sál

12.30 hodin – DNS–školáci – 6-9 let – velký sál

- sportovní příprava závodního aerobicku od 5 let – malý sál

13.00 hodin – hooping – 8-14 let – velký sál

- roztleskávačky 6-10 let – malý sál

13.30 hodin – gymnastika 6-10 let – velký sál

- dětská jóga 6-10 let – malý sál



### TJ Sokol Dobříš

<http://www.sokoldobris.cz/>

**KDE?** TJ Sokol Dobříš, Mírové náměstí 77, Dobříš

**KDY?** 10.00 – 12.00 hodin

**CO?** Představení sokolských oddílů.  
Pro všechny věkové kategorie „opičí dráha“, hry.



### Sportovní akademie Dobříš

<http://www.2zsdobris.cz/>

<http://www.sokoldobris.cz/>

**KDE?** Tělocvična 2. ZŠ Dobříš, Školní 1035, Dobříš

**KDY?** 10.00 – 12.00 a 14.00 - 16.00 hodin

**CO?** Představení oddílů Sportovní akademie Dobříš

Oddíly: florbal, atletika – nábor dětí od 5 let (TJ Sokol Dobříš a 2. ZŠ Dobříš)

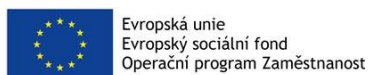
Oddíl: basketbal – nábor dětí 8 – 15 let (TJ Sokol Dobříš)

Během dne bude možnost vyzkoušet si florbalové dovednosti na stanovištích. Prezentace sportovních činností 2. ZŠ Dobříš.



Akce proběhne v rámci kampaně NSZM ČR „Dny zdraví“.

Realizováno v rámci:



Projekt Efektivní správa Zdravého města Dobříš, reg. č.: CZ.03.4.74/0.0/0.0/16\_033/0002924