

ZŠ Dědina a rodiče pořádají

Sportovní den pro rodiče a děti

Přijďte vyplavit hormony štěstí, setkat se s kamarády a třeba se nechat inspirovat



Kdy: 15. října 2022 od 13 do 18 hod.

Kde: hřiště ZŠ Dědina; za deště tělocvičny školy – prosíme obuv vhodnou do tělocvičny s sebou

❖ **Jak:** vyzkoušejte si s trenéry:

- fotbal
- basketbal
- atletiku
- tenis
- ragby
- skateboarding (vezměte si helmu)
- střílení z luku.....

❖ **A také:**

- Popovídejte si s inspirativním **Pavlem Plchotem** o **rodině a dětech**, nebo si poslechněte pohádku (od 13 hod.)
- Nechte se inspirovat jak nabudit **imunitu** v podzimních dnech (15 hod.)
- V tělocvičně protáhněte své tělo **jógou** pro děti i dospělé vedenou **Ladou Vinšovou** (17 až 18 hod.) – nezapomeňte si svou oblíbenou podložku



Pravidla: Za děti zodpovídají rodiče- vstup na vlastní nebezpečí

Vezměte si prosím nádobku na čaj, kávu☺

Účastníci jsou povinni řídit se pravidly na hřišti a šířit dobrou náladu. Děkujeme pořadatelé☺