



Kroužek Obstacle killer jr. a Adults 2023/2024

OCR - všestranný sport, který vyžaduje sílu, obratnost, rychlost a pevnou vůli.

Náplň kroužku: kroužek je zaměřený na trénink překážek, posilování, běh. Děti na kroužku zesílí, naučí se překonávat nejrůznější typy překážek a připravují se na závody tak, aby je zvládly absolvovat v jakýchkoliv klimatických podmínkách.



Cílem je, aby ti co na tréninky docházejí také závodili - jak na závodech, které organizujeme my (Lagunino OCR Race), tak na závodech jiných organizátorů (např. Gladiator Race, Spartan Race).

Scházet se budeme ve **čtvrtek** od **18:00** do **19:00**

První schůzka proběhne ve **čtvrtek 7. 9. 2023** - sraz na zahradě na adrese **Vltavská 751** - s sebou plavky, ručník, boty do vody (bude-li hezky budeme trénovat vodní překážky).

Co budou děti na kroužek potřebovat: sportovní oblečení a obuv, které si dítě může umazat a namočit.

Je nezbytné počítat s tím, že dítě může trénovat venku v jakémkoliv počasí, v rámci tréninku překážek může jít dítě kdykoliv v průběhu školního roku do studené vody.

Cena: junioři 800 Kč/pololetí
Adults 100 Kč/trénink



Pro koho je kroužek určený: junioři 9. třída a starší, dospělí 18+

První pololetí je splatné do **15. 10. 2023**, druhé pololetí je splatné do **15. 3. 2024**

Platba je možná hotově nebo na účet **1027473785/5500**

Více informací: Roman Kotlín ☎ 605 757 026 ✉ roman@lagunino.cz

Vyplněnou spodní část přihlášky, necht' prosím dítě přinese na první oddílovou schůzku.

✂-----✂

Kroužek Obstacle killer jr. a Adults 2023/2024

Jméno dítěte: Datum narození:

Adresa bydliště:

Telefon na rodiče: E-mail na rodiče:

Beru na vědomí, že v rámci tréninku kdykoliv během školního roku se může dítě umazat (např. od bláta, trávy) a být celé mokré, vč. oblečení a obuvi a souhlasím s tím.

Beru na vědomí, že OCR je rizikovým sportem a může dojít ke zranění dítěte

Souhlasím s tím, že dítě tréninky absolvuje pod dohledem vedoucích na vlastní nebezpečí!

Datum:

Podpis zákonného zástupce: