

SLEZSKÝ PLAVECKÝ KLUB Z.S. POŘÁDÁ

LETNÍ SPORTOVNÍ TÁBOR 13.7.-17.7.2026

/formou letního příměstského tábora/

Místo konání: Gymnázium M. Koperníka v Bílovci

Cena: 2300 Kč

Organizátor: Slezský plavecký klub z.s., IČ 10792325, Bítov 156, 743 01

Zájemci se mohou přihlásit na email: info@swimteam.cz



www.swimteam.cz

Základní informace:

Tábor je určen pro děti ve věku 7-13 let, mladší a starší děti po konzultaci s lektory.

Zaměření:

- pohybové a herní aktivity v tělocvičně a na venkovním hřišti - aktivní pohyb dětí zábavnou formou, opičí dráhy, štafety, vodní hrátky, trénování rovnováhy a rytmické prvky, rozvoj dětské pohybové motoriky a fyzické zdatnosti, osvojení si pohybových dovedností, zlepšení koordinace pohybu
- plavání a bowling
- výpravy do blízkého okolí
- kreativní a tvořivá činnost - zábavné výtvarné tvoření, rozvoj představivosti a sebevyjádření

Předpokládaný časový harmonogram:

07.55-08.00 - sraz na Gymnázium M. Koperníka v Bílovci

08.00-09.00 - kreativní a tvořivá činnost /učebna/, svačina

09.00-11.00 - pohybové hry a aktivity /tělocvična, venkovní hřiště/

11.30 - oběd

12.00-13.30 - odpolední odpočinek, relaxace, hry

13.30-15.00 - pohybové hry a aktivity

Do 15.30 - předání dětí zpět rodičům /Gymnázium Bílovec/

Stravování:

- Dětem bude zajištěn pitný režim po celý den – ovocná šťáva a voda
- Svačinky si děti nosí svoje
- Teplé obědy budou zajištěny v jídelně gymnázia /polévka, hlavní jídlo /
- Jakékoliv alergie nejen na stravu prosím uvádějte předem nebo v přihlášce

Vybavení:

- Přezůvky, pouzdro s psacími potřebami, nůžky, papírové kapesníky
- Vhodná sportovní obuv do tělocvičny i na venkovní hřiště, případně náhradní triko a šortky
- Karimatka nebo cvičební podložka, polštář
- Případně věci na bazén či koupaliště dle počasí

Po dobu tábora si děti mohou věci do tělocvičny nechat ve škole a denně si budou nosit pouze svačinky, případně věci na výlet (bazén nebo koupaliště, bowling).

Na tábor nedoporučujeme nosit cennosti /telefon, peníze, šperky/, za tyto věci neručíme, děti si je musí hlídat samy.