

pořádá

# SEMINÁŘ NA NÁCVIK VLN

**TERMÍN:** neděle 8. října 2023

**MÍSTO:** Tělocvična TJ Sokol Karlín  
Malého 319/1, 186 00 Praha 8

**LEKTOŘI:** Kryštof Havel  
Natalia Vorokhobina

Český svaz moderní gymnastiky pořádá ve spolupráci s Českým svazem estetické skupinové gymnastiky praktický seminář na nácvik vln včetně práce s náčiním.

Seminář je určen pro gymnastky, trenérky a rozhodčí.

Přihlášky zasílejte v termínu do 28. září 2023 na emaily:



info@csmg.cz

tjskprague@seznam.cz

Cena:  
300 Kč gymnastka

600 Kč rozhodčí,  
trenérka





pořádá

# SEMINÁŘ NA NÁCVIK VLN

Seminář je zaměřen na nácvik vln v moderní gymnastice a je rozdělen do dvou bloků. První blok je určen pro gymnastky roč. 2014–2011, druhý blok pak pro gymnastky roč. 2010 a starší.

## PROGRAM:

- 9:00 – 9:20 prezentace – první část semináře  
9:30 – 11:30 **seminář – děti roč. 2014–2011**  
11:40 – 12:00 prezentace – druhá část semináře  
12:00 – 14:00 **seminář – děti roč. 2010 a starší**

## S sebou:

poznámkový blok, cvičební oblečení, přezůvky, náčiní.

## Upozornění:

Celkový počet účastníků je omezen na 30 trenérek a rozhodčích a 30 gymnastek. Počet účastníků z jednoho oddílu je omezen na 3 trenéry a rozhodčí a 3 gymnastky v rámci jednoho bloku. Nebude-li kapacita naplněna, oslovíme zájemce s nabídkou doplnění účastníků.

Přihlášky zasílejte v  
termínu do 28. září 2023  
na emaily:



info@csmg.cz

tjskprague@seznam.cz

za komisi ESG ČSMG  
Soňa Kleinerová  
Kryštof Havel

