**Jihočeská sportovní akademie moderní gymnastiky**

**Datum konání**: sobota 6.4.2019 od 9:00 do 16:00 hodin

**Místo konání:** tělocvična ZŠ Oskara Nedbala, Oskara Nedbala 30,

České Budějovice – nová hala vchod z ulice

**Realizační tým:**

Vedoucí realizačního týmu Martina Nezbedová

Hlavní trenérka Lada Csóka Kročáková

Trenérka Jana Moers Veselá

Baletní pedagog Martina Nezbedová

**Tréninková hodiny:**

Sobota 14.1..2017 9:00 – 10:00 rozcvičení

10:00 – 12: 00 balet, technika bez náčiní

12:00- 13: 00 oběd

13:00 – 14:30 technika náčiní

14:30 - 14:45 pauza

15:00 – 16:00 volné sestavy

Cena: 100,- na osobu

Od 15:00 volné sestavy každá gymnastka předvede v trikotu svou závodní sestavu ( načiní určí osobní trenér) – předvedení bude zaměřené na uznatelnost prvků, mistrovství a risků.