



# BADMINTONOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ O JARNÍCH PRÁZDNINÁCH 11. - 15. 3. 2019

PŘÍPRAVNÉ KONDIČNĚ HERNÍ SOUSTŘEDĚNÍ PRO VÝKONNOSTNÍ HRÁČE, MÍRNĚ POKROČILÉ I ZAČÁTEČNÍKY

## PROGRAM:

pondělí 11. 3. 2019	9.00 - 10.00 Trampolínky	11.30 - 13.00 Badminton	16.00 - 17.00 Piloxing
úterý 12. 3. 2019	10.00 - 12.00 Badminton	15.00 - 16.00 Heat program	17.30 - 19.00 Badminton
středa 13. 3. 2019	9.00 - 11.00 Badminton	13.00 - 14.30 Badminton	16.00 - 18.00 Schwinn cycling
čtvrtek 14. 3. 2019	9.00 - 11.00 Badminton	16.00 - 17.00 Trampolínky	18.00 - 19.00 Bazén
pátek 15. 3. 2019	10.00 - 11.00 Crossfit	12.30 - 14.00 Badminton	16.00 - 17.30 Body cycling

\* v případě většího množství přihlášených hráčů bude program upraven

**TRENÉŘI:** Lukáš Kroc, Martina Krocová, Veronika Brožkovcová, Bedřich Valenta a instruktoři kondičních tréninků

**CENA:** 999,- Kč (členové sportovního Gymnázia Most mají soustředění dotované školou a hradí pouze 299,- Kč)  
cena zahrnuje tréninky badmintonu včetně doplňků Penco a kondiční tréninky v centru Tornádo Sport včetně pití

**PŘIHLÁŠKY NEJPOZDĚJI DO 8. 3. 2019 (elektronicky, přihláška je platná po zaplacení poplatku)**



Produkty značky Penco najdete na našem e-shopu a v tréninkovém centru sportovní haly SportCenter Most, s.r.o.

[www.vsenabadminton.cz](http://www.vsenabadminton.cz)