

Koncept tréninků pro školní rok 2022/2023

Představujeme Vám nový koncept tréninků mládeže našeho oddílu.

Vyhrazujeme si právo na změnu, kterou může ovlivnit hned několik faktorů, ale naší prioritou bude maximálně tento koncept zachovat.

V srpnu na našich webových stránkách zveřejníme konečné zpravodaje tréninků k příslušným kategoriím.

Neregistrovaný člen oddílu

Tréninky vedené hravou formou s cílem získat základní pohybové dovednosti a radost z pohybu.

Atletika hrou

- **Ročníky 2016–2018 (4 – 6let)**
- **1x týdně 1,5 hod**
- **Členský příspěvek 2000kč**
- **Děti budou rozdělené na 2 skupiny po náboru nových členů, který se bude konat na začátku září.**
- **Trénování – 1. skupina pondělí, Gympl – malá tělocvična**
- **2. skupina čtvrtek, Gympl – malá tělocvična**

Atletická minipřípravka

- **Ročníky 2014–2015 (7 – 8let)**
- **1x týdně 1,5 hodiny**
- **Členský příspěvek 2000 Kč**
- **Trénování – společně středa, Gympl – sportovní hala**

Registrovaný člen oddílu

Všestranně zaměřené tréninky, které vedou k začátkům závodní činnosti. V přípravě těchto skupin nabízíme několikrát do roka soustředění.

Atletická přípravka

- **Ročníky 2012–2013**
- **Přípravka mladší – pondělí velká sportovní hala, čtvrtek Gympl sportovní hala**
- **Přípravka starší – pondělí velká sportovní hala, čtvrtek Gympl sportovní hala**
- **Trénování 2x týdně 1,5 hodiny (obě skupiny ve stejný čas na stejném místě)**
- **Členský příspěvek – 3500 Kč**

Mladší žactvo

1. **Tréninková skupina**
 - **Ročníky 2010–2011**

- **3x týdně – 2x tělocvična Sídliště nad Lužnicí (úterý, čtvrtek), 1x atletický koridor (Mír) – pátek (15-16,30hod)**
- **Členský příspěvek – 3500kč**

Členů APR se týká čtvrtěční trénink na Sídlišti nad Lužnicí a členský příspěvek 2000 Kč. APR (Atletika pro radost) je skupina zaměřená na kategorii žactva, které nezávodí a pouze 1 týdně navštěvuje tréninky pro radost. Do přihlášky vyplňte, že máte zájem o trénování v APR.

2. Tréninková skupina

- **Ročníky 2010–2011**
- **3x týdně – pondělí rozcvičovna (Areál Mír), středa – kvapilka, čtvrtek atletický koridor**
- **Členský příspěvek – 3500kč**

Děti do skupin budou rozdělené po náboru nových členů, který se bude konat na začátku září 2022.

Starší žactvo:

- **2008–2009**

Pondělí – tunel

Úterý – tunel

Čtvrtek – Tunel / středa Kvapilka (bude upřesněno trenérem)

- **Členský příspěvek – 3500kč**