

centrum voľného času

V jame 3, Trnava



TRNAVA

MESTO,
KDE SA ŽIJE
KRÁĽOVSKY

Pozývame žiakov a žiačky II. stupňa ZŠ a študentov SŠ trnavského okresu na

MARATÓN POHYBU

Pri príležitosti Dňa narcisov na podporu boja proti rakovine

Mestská športová
hala Trnava

INSANITY

POWER JOGA

13. apríl 2023

TABATA

AEROBIC

ZUMBA

Počas prestávok

TOMBOLA a OBČERSTVENIE

pre súťažiacich

8:00 – 8:45 h.

- prezentácia

8:45 h.

- otvorenie podujatia

9:00 h.

- štart maratónu

HODNOTÍ SA:

- upravenosť cvičiaceho (vlasý zopnuté)
- držanie tela
- technika vykonania cviku
- presné opakovanie prvku podľa cvičiteľa
- dodržanie rytmu
- výraz tváre „Radosť z pohybu“



Cvičí sa 5x po 30 min. s 10 min. prestávkou

Prihlasovanie súťažiacich do **12.4.2023**

maria.gergelyova@cvc.trnava.sk, 033/3236697