

## Vyhráli jsme trénink s olympioniky

Written by

Pondělí, 08 Červen 2015 08:54 - Last Updated Pondělí, 08 Červen 2015 09:24

---

Fotky z akce by se měly brzo objevit zde: <http://www.ceskosportuje.cz/sazkaolympijskyviceboj/o-viceboji/fotogalerie/>

Informace na stránkách Českého rozhlasu:

[http://www.rozhlas.cz/kv/zpravodajstvi/\\_zprava/skolaky-v-kralovskem-porici-navstivili-olympionici-mazoch-s-hradilkem--1497568](http://www.rozhlas.cz/kv/zpravodajstvi/_zprava/skolaky-v-kralovskem-porici-navstivili-olympionici-mazoch-s-hradilkem--1497568)

Velmi příjemnou zprávou pro naši školu bylo, že získáváme trénink s olympionikem. Stali jsme se totiž, jednou z vítězných škol Sazka Olympijského víceboje. Akce byla pojata jako sportovní tréninkový den. Zúčastnili se ho dva olympionici – Vavřínek Hradilek ( vodní slalom) a Jan Mazoch ( skoky na lyžích).

Na úvod byli dětem představeni sportovci a trenéři. Pod vedením Vavřínce Hradilka proběhla společná rozcvička, při které si děti protáhly celé tělo a připravily se tak na trénink. Celý trénink probíhal v rámci 4 stanovišť formou kruhového tréninku. Na každém stanovišti děti strávily 15 minut. Na prvním stanovišti si žáci zatrénovali na trenažeru Vavřínce Hradilka, kde byla velmi důležitá práce rukou. Na druhém stanovišti si děti vyzkoušely koordinaci svého těla s Honzou Mazochem. Třetí stanoviště prověřovalo postřeh při koulení třech míčů kolem rozmístěných kuželů. Čtvrté bylo zaměřeno na fyzickou kondici dětí. Po celou dobu nás vesele provázel maskot ze Čtyřlístku. Na závěr vítězné dětské družstvo obdrželo trička s logem olympijského víceboje. Velmi příjemné bylo také získat podpis a fotografii olympioniků. Tento den byl pro děti velkým zážitkem a cíl motivovat co nejvíce dětí k pravidelnému sportu se jistě také podařil. Chtěli bychom touto cestou poděkovat paní G. Kováčové za pomoc při akci.

