

## Příměstský baseballový camp

22. 8. – 26. 8. 2016

PO – PÁ

8:30 – 16:00 hod

Obědy zajištěny

cena 100,--/ den (možnost využití stravenek)

Pitný režim

zajištěn

Svačiny si doneste vlastní, lednice bude k dispozici.

1) DEN

Dopoledne

seznámení s programem, (pokud budou nové děti, tak s dětmi)

Rozcvička, házení, chytání, odpalu (nové děti se techniku budou učit)

11:00 – 12:30 hod

OBĚD

Odpoledne

zhlédnutí videa o baseballu, zopakování techniky

hraní baseballu

2) DEN

Dopoledne

rozcvička, rozházení, procvičování techniky z minulého dne

11:00 – 12:30 hod

OBĚD

Odpoledne

učení tzv. posunkové řeči pro hru (uplatnění v jednoduché hře)

3) DEN

Dopoledne

rozcvička, rozházení, procvičování techniky z minulého dne

11:00 – 12:30 hod

OBĚD

Odpoledne

krátké video, cvičení posunkové řeči ve hře, soutěže a hry

4) DEN

Dopoledne

rozcvička, rozházení, procvičování techniky

11:00 – 12:30 hod

OBĚD

Odpoledne

hraní baseballu

5) DEN

Dopoledne

rozcvička, rozházení, procvičování techniky

11:00 – 12:30 hod

OBĚD

Odpoledne

krátké video, cvičení posunkové řeči ve hře, chytání na večerní opékání (sběr dřeva, stezka odvahy, stavění stanů...), volná zábava

RODIČE VÍTÁNI

**Dle počasí a zájmu můžou děti přespát na hřišti ve stanech. Dohled zajištěn.**