

NOC SOKOLOVEN



**SOKOL JIHLAVA vás zve na bohatý program
s přespáním v sokolovně**

23.-24.9. 2016

Vstup je možný průběžně kdykoliv, zdarma. Časy jsou orientační. Věkově neomezeno. Pro přespání vlastní spacák s sebou a děti do 9 let v doprovodu rodičů. Děti od 10 let v doprovodu rodičů nebo trenéra v rámci svého oddílu. Pro návštěvníky připravena káva, čaj, drobné občerstvení, upomínkové listy, ceny.

Prohlídka sokolovny 16.00 – 19.30

Sport, kultura, tělocvičny, divadlo – to jsme my!

Malá výstava – nahlédněte do našich kronik 16.00 – 19.30

Další program

16.00 - 18.00 Jak se dělá aikido (malá těl.)

16.00 - 18.00 Počítání bodlinek (hra venku)

16.00 - 16.45 Roztančení s Dřeváčkem (velká tělocvična)

16.00 - 17.45 Do výšek na šálách (DIOD)

16.00 – 18.00 Zachraň ježka! Ukázky první pomoci s ČČK, měření tlaku, opilecké brýle (sokolovna)

17.00 - 18.30 Řádění v tělocvičně – trampolíny, švihadla, capoeira,...

18.00 - 18.15 Animovaná pohádka pro děti (DIOD)

18.00 – 19.00 Zdravotně-kondiční cvičení nejen pro seniory (malá těl.)

18.30 – 19.45 Parkour trénink (velká tělocvična)

18.30 – 19.45 Zpívánky – lidové, sokolské, šansonové s K. Marinovem (DIOD)

20.00 – 21.30 Ani ve snu! - film z prostředí parkouru (DIOD)

22.00 Noční hra, čtení před spaním,...

www.M-SOFT.CZ



DIOD
divadlo
otevřených
dveří

