

ZÁKLADNÍ INFORMACE

DATUM	Pátek 9. 10. 2026, 18:00-20:30 Sobota 10. 10. 2026, 8:00-18:00	POPLATEK	2 800 Kč účet 228746829/5500
MÍSTO	Atletický stadion A.C. Sparta Praha Kovanecká ul., Praha 9 (TV + judo sál)	POŘADATEL	Atletika Človíček
ŠKOLITELÉ	Dita Franklová, Jana Střelcová, Tereza Molvová, Vít Molva	KONTAKT	Dita Franklová ditafrankl@gmail.com 606 934 955

PÁTEK 9. 10. 2026			18:00-20:30
ČAS / DÉLKA	LEKCE	PROGRAM	ŠKOLITELÉ
Individuálně	Moodle lekce 3-6	Samostudium	-
2 hod.	Lekce 1 přednáška	Problematika atletických přípravek a specifika sportování dětí, práce trenéra atletiky	Dita Franklová
2 hod.	Lekce 2 přednáška	Psychomotorika, úrazová prevence, první pomoc a právní problematika	Jana Střelcová
SOBOTA 10. 10. 2026			8:00-18:00 1 hod. = 45 min.
ČAS / DÉLKA	LEKCE	PROGRAM	ŠKOLITELÉ
8:00 1 hod.	Lekce 8	Zahájení - zábavné rozcvičení a hry	Dita + Molvovi
1 hod.	Lekce 7	Základní pohybový fond dětí, základy gymnastiky - rozvíčka	Jana a Dita
3 hod.	Lekce 9-11 část A	Běháme, skáčíme a házíme	Všichni
11:45-12:30		Oběd	
3 hod.	Lekce 9-11 část B	Běháme, skáčíme a házíme	Všichni
1 hod.	Lekce 12	Kompenzační cvičení, hry a závěr	Jana a Dita