

## Sportovní klub GymSport Praha, spolek

### Rozvrh tréninků ve školním roce 2022 - 2023

1x týdně	cvičení vhodné pro začátečníky nebo jako doplněk k jiným sportovním aktivitám, všeobecná pohybová příprava				
v případě více možností vyberte 1 trénink	Ročník narození	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek
přípravka rekreační	2016 a ml.	x	16:00 - 17:00	x	16:00 - 17:00
		x	Červený vrch	x	Červený vrch
TG rekreační mladší	2013 a ml	x	17:00 - 18:30	x	17:00 - 18:30
		x	Červený vrch	x	Červený vrch
TG rekreační starší	2012 a st.	x	17:00 - 19:00	x	17:00 - 19:00
		x	Červený vrch	x	Červený vrch
TG mix	2014 a st.	17:00 - 19:00	x	x	
		Červený vrch	x	x	

2x týdně	základní gymnastika, tzv. malý teamgym (bez pohybové skladby), gymnastická příprava				
v případě více možností vyberte 2 tréninky	Ročník narození	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek
přípravka I	2018	x	16:00 - 17:00	x	16:00 - 17:00
		x	Červený vrch	x	Červený vrch
přípravka II	2017-2015	x	16:00 - 17:30	x	16:00 - 17:30
		x	Červený vrch	x	Červený vrch
TG I sportovní	2013 a ml	17:00 - 19:00	16:00 - 18:00	x	16:00 - 18:00
		Červený vrch	Červený vrch	x	Červený vrch
TG II sportovní	2012 a st.	17:00 - 19:00	17:00 - 19:00	x	17:00 - 19:00
		Červený vrch	Červený vrch	x	Červený vrch

3x týdně	gymnastická příprava se zaměřením na teamgym (trampolína, akrobacie, pohybová skladba)				
v případě více možností vyberte 3 tréninky	Ročník narození	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek
přípravka II	2017-2015	x	16:00 - 17:00	14:45 - 16:15	16:00 - 17:00
		x	Červený vrch	SK Hradčany	Červený vrch
TG I závodní	2013 a ml.	17:00 - 18:00	17:00 - 19:00	14:45 - 16:15	17:00 - 19:00
		Červený vrch	Červený vrch	SK Hradčany	Červený vrch
TG II závodní	2012 a st.	17:00 - 19:00	18:00 - 19:30	18:30 - 20:00	17:00 - 19:00
		Červený vrch	Balkán	SK Hradčany	Červený vrch

#### Adresy tréninkových míst

Červený vrch	ZŠ Červený vrch, Alžírská 26, Praha 6 - vchod po kovovém schodišti do 1. patra přes šatnu
SK Hradčany	Gymnastická hala, Dlabačov 294/1, 118 00 Praha 1-Hradčany
TJ Sokol Žižkov II	Gymnastická hala, Na Balkáně 812, 130 00 Praha 3-Žižkov

**Chybí vám informace?** Volejte 602 566 260 (Machová) nebo pište [info@gymsport.cz](mailto:info@gymsport.cz)