



DDM Smiřice

připravil pro děti akci

na červencový týden letních prázdnin



FLOORBALL CAMP - STARŠÍ

Termín: 7. – 11. července 2025 (kapacita 20 dětí – ročníky 2009 – 2013)

Cena: 2 700,- Kč pro členy DDM, 3 000,- Kč pro nečleny

Obědy na každý den jsou započítané v ceně.

Pondělí 7. 7. 2025: FLORBALOVÁ PRAVIDLA, BIATLON

Zopakování základních pravidel florbalu, kruhový trénink po stanovištích, hra. Odpolední program s využitím prvků biatlonu.

Sraz: v tělocvičně ZŠ v 8:00 hod.

Konec: v tělocvičně ZŠ v 16:00 hod.

S sebou: sportovní oblečení a obuv do tělocvičny a na ven, svačina, pití

Úterý 8. 7. 2025: INDIVIDUÁLNÍ DOVEDNOSTI, ORIENTAČNÍ BĚH

Zaměření na jednotlivé individuální dovednosti každého florbalisty. Odpolední část ve znamení orientace na mapě a následný závod v orientačním běhu.

Sraz: v tělocvičně ZŠ v 8:00 hod.

Konec: v tělocvičně ZŠ v 16:00 hod.

S sebou: sportovní oblečení a obuv do tělocvičny a na ven, svačina, pití

Středa 9. 7. 2025: PŘIHRÁVKA + STŘELBA, GLADIATOR RACE

Trénink přesnosti přihrávky a střelby pomocí různých soutěží. Rozvoj fyzické kondice závodem plným překážek.

Sraz: v tělocvičně ZŠ v 8:00 hod.

Konec: v tělocvičně ZŠ v 16:00 hod.

S sebou: sportovní oblečení a obuv do tělocvičny a na ven, svačina, pití

Čtvrtek 10. 7. 2025: OBRANNÉ A ÚTOČNÉ SITUACE, ATLETIKA

Rozehrávka volných úderů, modelové přesilovkové, útočné a obranné situace. Odpoledne otestujeme florbalisty v atletických disciplínách.

Sraz: v tělocvičně ZŠ v 8:00 hod.

Konec: v tělocvičně ZŠ v 16:00 hod.

S sebou: sportovní oblečení a obuv do tělocvičny a na ven, svačina, pití

Pátek 11. 7. 2025: MINITURNAJ, VYHLÁŠENÍ

Závěrečný miniturnaj „O mistra florbal campu“. Vyhlášení výsledků celotýdenní soutěže a individuálních závodů.

Sraz: v tělocvičně ZŠ v 8:00 hod.

Konec: v DDM Smiřice v 16:00 hod.

S sebou: sportovní oblečení a obuv do tělocvičny a na ven, svačina, pití

Přihlášku se zálohou 1 000,- Kč odevzdejte do 31. 3. 2025

na email: klikosova@ddmsmirice.cz nebo v DDM Smiřice!!!

Více informací k akci získáte na tel. 604 629 920 (Martin Ivan)