

Přijďte si zacvičit a udělat tak něco zdravého pro svojí tělesnou schránku!

TJ Sokol Dejvice I. přijímá od září nové členy do oddílů

Sportovní všestrannosti

Hodiny jsou uzpůsobeny věku cvičenců – u dětí se zaměřujeme na všestranný tělesný rozvoj, učení se novým věcem a fungování v kolektivu. Starším cvičencům pomáháme udržet se formou pravidelného cvičení fit. Kromě cvičení v tělocvičně pořádáme i další akce jako jsou závody, výlety nebo letní tábor.

Vyberte si typ cvičení, který Vám vyhovuje. Nábor pořádáme do oddílů **žáků a žákyň** (dívky od 6 let, chlapci od 11 let) a dále do oddílů všech starších věkových kategorií – **powerjogy, bodyformu, oddílu mužů, zdravotního cvičení či yogy pro seniory.**

Cvičební hodiny probíhají v sokolovně u stanice metra Hradčanská a jsou vedeny kolektivem zkušených cvičitelů.



více na www.sokoldejvice.cz