

ZŠ Želechovice pořádá, za podpory obecních úřadů
Lípa,

Želechovice nad Dřevnicí a ve spolupráci s MO ČČK,
Sokolem Želechovice nad Dřevnicí, Odborným
učilištěm a

Praktickou školou Zlín-Klečůvka, SZŠ Zlín,
Zdravotnickou záchranou

službou ZK tradiční akci s názvem

DEN ZDRAVÍ A POHYBU V ŽELECHOVICÍCH NAD DŘEVNICÍ



V SOBOTU 20. BŘEZNA 2010
OD 9:00 DO 15:00
V BUDOVĚ ZÁKLADNÍ ŠKOLY

Návštěvníci si budou moci vybrat z pestré nabídky přednášek, cvičebních celků i pracovních dílen, do kterých se budou moci aktivně zapojit. Dále mohou využít nabídky měření tuku, svalové hmoty a kondice,

metabolického věku. V nabídce budou dále služby čajovny, prodejců zdravé výživy, Fair Trade, přírodní kosmetiky, odborné literatury, medu, ženšenových produktů, řezbářství.

Dalšími zajímavostmi programu budou ukázky muzikoterapie i možnosti ochutnávek výrobků zdravé výživy.

Čas	Programový blok	Vedoucí bloku	Místnost
1. 9:00—9:10	Ukázka cvičení Tai-Chi	Klára Skalková	Tělocvična
2. 9:10—9:30	Rozcvička-cvičební blok	Klára Skalková	Tělocvična
3. 9:30—9:30-9:45	Ukázka cvičení dětí Aerobic + Hip Hop	J Žilková	Tělocvična
4. 9:50—10:20	I. – cvičební blok	J Žilková	Tělocvična
5. 10:30 – 10:50	Pódiové vystoupení Moderní gymnastika	Eva Višňová	Tělocvična
6. 11:00-11:40	II. cvičební blok Cvičení s míči	Petra Maříková	Tělocvična
7. 12:00	Ochutnávky	Školní jídelna a odb. učiliště	Školní jídelna
8. 12:30-13.30	Základy první pomoci	Profesionální záchranný tým + žáci SZŠ + ZŠ	Tělocvična
1. 9:30—10:30	Zdravé tělo - zdravý duch	Jaroslava Divílková	Klub
2. 10:45—12:00	Zdravý životní styl	Jaroslav Cabák	Klub

Zdravá výživa

Muzikoterapie

Jiří Turna

Jóga v denním životě

Milan Daněk
