

## Parkour

### Pondelok

#### *Parkour tréning - začíname*

07:45 - 08:30	Príchod detí
08:30 - 09:30	Zoznámenie sa s programom a vedúcimi / zoznamovacie hry
09:30 - 10:00	Desiata
10:00 - 11:00	<b>Parkour tréning</b>
11:00 - 12:00	Spoločné hry a presun na obed
12:00 - 12:30	Obed
12:30 - 14:00	Aktivity vonku
14:00 - 15:00	<b>Parkour tréning</b>
15:00 - 16:00	Aktivity vonku
16:00 - 16:30	Olovrant
16:30 - 17:00	Príchod rodičov

### Utorok

#### *Parkour tréning*

07:45 - 08:30	Príchod detí
08:30 - 09:00	Desiata
09:30 - 10:30	<b>Parkour tréning</b>
10:30 - 12:00	Spoločné hry a presun na obed
12:00 - 12:30	Obed
12:30 - 14:00	Aktivity vonku
14:00 - 15:00	<b>Parkour tréning</b>
15:00 - 16:00	Aktivity vonku

16:00 - 16:30	Olovrant
16:30 - 17:00	Príchod rodičov

## Streda

### *Šantenie vo vode*

07:45 - 08:30	Príchod detí
08:30 - 09:00	Spoločné hry
09:00 - 09:30	Presun na kúpalisko a desiata
09:30 - 11:30	<b>Šantenie a hry v bazéne</b>
11:30 - 13:00	Obed a oddych
13:00 - 14:00	<b>Hry a súťaže mimo bazéna</b>
14:00 - 16:00	<b>Oddych a hry v bazéne</b>
16:00 - 16:30	Olovrant a presun
16:30 - 17:00	Príchod rodičov

## Štvrtok

### *Staráme sa o koníky*

07:45 - 08:30	Príchod detí
08:30 - 09:00	Spoločné hry
09:00 - 09:30	Desiata a presun na dostihovú dráhu
09:30 - 11:30	<b>Dostihová dráha – jazdenie na koňoch, staranie sa kone, česanie, kŕmenie, čistenie</b>
11:30 - 12:00	Presun na obed
12:00 - 12:30	Obed
12:30 - 14:00	Aktivity vonku
14:00 - 15:00	<b>Parkour tréning</b>

15:00 - 16:00	Aktivity vonku
16:00 - 16:30	Olovrant
16:30 - 17:00	Príchod rodičov

## **Piatok**

*Pokračujeme s parkourom*

07:45 - 08:30	Príchod detí
08:30 - 09:00	Desiata
09:30 – 10:30	<b>Parkour tréning</b>
10:30 - 11:00	Presun do DK Zrkadlový háj
11:00 - 12:30	Spoločné hry
12:30 – 13:30	Obed
13:30 - 14:30	<b>Ukážka prvej pomoci</b>
14:30 - 15:00	Príprava na záverečné vystúpenie a presun na tréning
15:00 – 16:00	<b>Parkour tréning</b>
16:00 – 16:30	Oddychové aktivity
16:30 - 17:00	<b>Čo sme sa naučili – záverečné predstavenie pre rodičov</b>

Zmena programu vyhradená