



# Informace pro rodiče

## Benjamínci úterý



Prázdniny jsou za námi a to opět znamená začátek tréninků. Pro vaši informaci uvádíme termíny tréninků na nejbližší období a rovněž nejbližší závody pro děti. Zúčastnit se jich může kdokoliv. Podrobnější informace ke všem akcím můžete sledovat na našem webu.

### TRÉNINKY

Tréninky se konají za každého počasí. Probíhají na atletickém ovále, na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimě.

<b>ÚTERÝ</b>	<b>5.9.</b>	<b>12.9.</b>	<b>19.9.</b>	<b>26.9.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>3.10.</b>	<b>10.10.</b>	<b>17.10.</b>	<b>24.10.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>31.10.</b>	<b>7.11.</b>	<b>14.11.</b>	<b>21.11.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>28.11.</b>	<b>5.12.</b>	<b>12.12.</b>	<b>19.12.</b> <del>26.12.</del>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>

31.10. se platí na měsíc listopad. 28.11. se platí na měsíc prosinec.

### TRENÉR

Zodpovědnou trenérkou této tréninkové skupiny je **Veronika Siebeltová** +420733 426 388

### PŘÍSPĚVKY

Příspěvky činí 300 Kč měsíčně a hradí se **hotově** na prvním tréninku v měsíci (netýká se těch, kteří provedli úhradu za celé období na účet).

### OMLUVENKY

Jednorázovou neúčast na tréninku není třeba hlásit. Dlouhodobou nepřítomnost nahlaste na tréninku, na e-mail ([benjaminci@atletikafm.cz](mailto:benjaminci@atletikafm.cz)) nebo na telefon (733 426 388), abychom Vás nevyřadili z docházky. Nahrazení tréninku v jiný den se **neumožňuje!**

### ZÁVODY

Závody pořádáme jak pro naše členy, tak pro širokou veřejnost. Zúčastnit se může kdokoliv, od nejmenších dětí až po dospělé. Připravujeme běhy na různé vzdálenosti v různém prostředí. Všechny děti, které si chtějí vyzkoušet závody jsou vítány. Ovšem pokud nebudou chtít, prosíme, nenuťte je. V cíli všechny čeká sladká odměna.

**STŘEDA 20. ZÁŘÍ - SLEZANSKÁ HODINOVKA.** Běžecký závod na dráze. Na nejmenší čeká jeden okruh, tedy 400 m. Zahajuje se v 15 hodin. Přihlášení na místě.

**SOBOTA 14. ŘÍJNA - OSTRAVICKÝ KROS.** Šestý ročník závodu na Ostravici. Zázemí je přichystáno v Golf Resortu. Start je v 9.00 hod. Přihlášení na místě.

**NEDĚLE 29. ŘÍJNA - PASKOVSKÁ DEVÍTKA.** Pátý ročník pořádaný v okolí Paskovského zámku. Nejmenší děti běží 300 m. Přihlašování na místě.

**SOBOTA 4. LISTOPADU - HORNICKÁ DESÍTKA.** Náš největší závod, již 36. ročník. Probíhá u Národního domu v Místku. Podrobnější informace na webu [www.hornickadesitka.cz](http://www.hornickadesitka.cz).

**STŘEDA 15. LISTOPADU - LOUČENÍ S OVÁLEM.** Poslední závod na dráze. Děti čeká 200 m v 15.00 hodin. Přihlášení na místě.

**SOBOTA 16. PROSINCE - PŘEDVÁNOČNÍ BĚH.** Běžeckou cenu zakončíme posledním závodem v zimním měsíci. Start dětí je v 10 hodin. Přihlášení na místě.

**Připomínáme, že veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách [www.atletikafm.cz](http://www.atletikafm.cz) v sekci tréninkové skupiny/benjamínci**



# Informace pro rodiče



## Benjamínci středa

Prázdniny jsou za námi a to opět znamená začátek tréninků. Pro vaši informaci uvádíme termíny tréninků na nejbližší období a rovněž nejbližší závody pro děti. Zúčastnit se jich může kdokoliv. Podrobnější informace ke všem akcím můžete sledovat na našem webu.

### TRÉNINKY

Tréninky se konají za každého počasí. Probíhají na atletickém ovále, na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimě.

<b>STŘEDA</b>	<b>6.9.</b>	<b>13.9.</b>	<b>20.9.</b>	<b>27.9.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>4.10.</b>	<b>11.10.</b>	<b>18.10.</b>	<b>25.10.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>1.11.</b>	<b>8.11.</b>	<b>15.11.</b>	<b>22.11.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>29.11.</b>	<b>6.12.</b>	<b>13.12.</b>	<b>20.12. <del>27.12.</del></b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>

29.11. se platí na měsíc prosinec.

### TRENÉR

Zodpovědnou trenérkou této tréninkové skupiny je **Veronika Siebeltová /733426388/**

### PŘÍSPĚVKY

Příspěvky činí 300 Kč měsíčně a hradí se hotově na prvním tréninku v měsíci (netýká se těch, kteří provedli úhradu za celé období na účet).

### OMLUVENKY

Jednorázovou neúčast na tréninku není třeba hlásit. Dlouhodobou nepřítomnost nahlaste na tréninku, na e-mail ([benjaminci@atletikafm.cz](mailto:benjaminci@atletikafm.cz)) nebo na telefon (733 426 388), abychom Vás nevyřadili z docházky. Nahrazení tréninku v jiný den se **neumožňuje!**

### ZÁVODY

Závody pořádáme jak pro naše členy, tak pro širokou veřejnost. Zúčastnit se může kdokoliv, od nejmenších dětí až po dospělé. Připravujeme běhy na různé vzdálenosti v různém prostředí. Všechny děti, které si chtějí vyzkoušet závody jsou vítány. Ovšem pokud nebudou chtít, prosíme, nenuťte je. V cíli všechny čeká sladká odměna.

**STŘEDA 20. ZÁŘÍ - SLEZANSKÁ HODINOVKA.** Běžecký závod na dráze. Na nejmenší čeká jeden okruh, tedy 400 m. Zahajuje se v 15 hodin. Přihlášení na místě.

**SOBOTA 14. ŘÍJNA - OSTRAVICKÝ KROS.** Šestý ročník závodu na Ostravici. Zázemí je přichystáno v Golf Resortu. Start je v 9.00 hod. Přihlášení na místě.

**NEDĚLE 29. ŘÍJNA - PASKOVSKÁ DEVÍTKA.** Pátý ročník pořádaný v okolí Paskovského zámku. Nejmenší děti běží 300 m. Přihlašování na místě.

**SOBOTA 4. LISTOPADU - HORNICKÁ DESÍTKA.** Náš největší závod, již 36. ročník. Probíhá u Národního domu v Místku. Podrobnější informace na webu [www.hornickadesitka.cz](http://www.hornickadesitka.cz).

**STŘEDA 15. LISTOPADU - LOUČENÍ S OVÁLEM.** Poslední závod na dráze. Děti čeká 200 m v 15.00 hodin. Přihlášení na místě.

**SOBOTA 16. PROSINCE - PŘEDVÁNOČNÍ BĚH.** Běžeckou cenu zakončíme posledním závodem v zimním měsíci. Start dětí je v 10 hodin. Přihlášení na místě.

**Připomínáme, že veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách [www.atletikafm.cz](http://www.atletikafm.cz) v sekci tréninkové skupiny/benjamínci**



# Informace pro rodiče



## Benjamínci čtvrtek

Prázdniny jsou za námi a to opět znamená začátek tréninků. Pro vaši informaci uvádíme termíny tréninků na nejbližší období a rovněž nejbližší závody pro děti. Zúčastnit se jich může kdokoliv. Podrobnější informace ke všem akcím můžete sledovat na našem webu.

### TRÉNINKY

Tréninky se konají za každého počasí. Probíhají na atletickém ovále, na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimě.

<b>ČTVRTEK</b>	<b>7.9.</b>	<b>14.9.</b>	<b>21.9.</b>	<del>28.9.</del>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>5.10.</b>	<b>12.10.</b>	<b>19.10.</b>	<del>26.10.</del>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>2.11.</b>	<b>9.11.</b>	<b>16.11.</b>	<b>23.11.</b>	<b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>
	<b>30.11.</b>	<b>7.12.</b>	<b>14.12.</b>	<b>21.12.</b>	<del>28.12.</del> <b>vždy 17.30 – 18.30 hod.</b>

28.9. se trénink z důvodu státního svátku nekoná. 26.10. se trénink nekoná z důvodu podzimních prázdnin.

30.11. se platí na měsíc prosinec.

### TRENÉR

Zodpovědnou trenérkou této tréninkové skupiny je **Veronika Siebeltová /733426388/**

### PŘÍSPĚVKY

Příspěvky činí 300 Kč měsíčně a hradí se hotově na prvním tréninku v měsíci (netýká se těch, kteří provedli úhradu za celé období na účet).

### OMLUVENKY

Jednorázovou neúčast na tréninku není třeba hlásit. Dlouhodobou nepřítomnost nahlaste na tréninku, na e-mail ([benjaminci@atletikafm.cz](mailto:benjaminci@atletikafm.cz)) nebo na telefon (733 426 388), abychom Vás nevyřadili z docházky. Nahrazení tréninku v jiný den se **neumožňuje!**

### ZÁVODY

Závody pořádáme jak pro naše členy, tak pro širokou veřejnost. Zúčastnit se může kdokoliv, od nejmenších dětí až po dospělé. Připravujeme běhy na různé vzdálenosti v různém prostředí. Všechny děti, které si chtějí vyzkoušet závody jsou vítány. Ovšem pokud nebudou chtít, prosíme, nenuťte je. V cíli všechny čeká sladká odměna.

**STŘEDA 20. ZÁŘÍ - SLEZANSKÁ HODINOVKA.** Běžecký závod na dráze. Na nejmenší čeká jeden okruh, tedy 400 m. Zahajuje se v 15 hodin. Přihlášení na místě.

**SOBOTA 14. ŘÍJNA - OSTRAVICKÝ KROS.** Šestý ročník závodu na Ostravici. Zázemí je přichystáno v Golf Resortu. Start je v 9.00 hod. Přihlášení na místě.

**NEDĚLE 29. ŘÍJNA - PASKOVSKÁ DEVÍTKA.** Pátý ročník pořádaný v okolí Paskovského zámku. Nejmenší děti běží 300 m. Přihlašování na místě.

**SOBOTA 4. LISTOPADU - HORNICKÁ DESÍTKA.** Náš největší závod, již 36. ročník. Probíhá u Národního domu v Místku. Podrobnější informace na webu [www.hornickadesitka.cz](http://www.hornickadesitka.cz).

**STŘEDA 15. LISTOPADU - LOUČENÍ S OVÁLEM.** Poslední závod na dráze. Děti čeká 200 m v 15.00 hodin. Přihlášení na místě.

**SOBOTA 16. PROSINCE - PŘEDVÁNOČNÍ BĚH.** Běžeckou cenu zakončíme posledním závodem v zimním měsíci. Start dětí je v 10 hodin. Přihlášení na místě.

**Připomínáme, že veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách [www.atletikafm.cz](http://www.atletikafm.cz) v sekci tréninkové skupiny/benjamínci**