



1. Judo club Baník Ostrava z.s.

Pozvánka Letní program 2016 srpen

1. – 5. 8 – tréninky pod vedením trenéra Babince
(po, st, pa 16 – 17:30- Sareza - společné ml. st.)

8. – 12.8 - tréninky pod vedením trenéra Holého a Babince
(po, st, pa 16 – 17:30- Sareza)

13.- 20.8 – JUDO CAMP KAHAN

22. – 26.8 tréninky pod vedením trenéra Holého a Babince a Boháčové
(po, st, pa 15 – 16:30 ml. / 16 – 17:30 starší - Sareza)

22.8 - kondice + judo

23.8 – 8:30 – 18:30 cyklovýlet na Ostravici

24.8 - kondice + judo

25.8 – výšlap/běh – Lysá Hora

26.8 - kondice + judo

29. – 31.8 tréninky pod vedením trenéra Holého a Babince a Boháčové
(po, st, pa 15 – 16:30 ml. / 16 – 17:30 starší - Sareza)

29.8 - kondice + judo

30.8 – aqua park Olešná

31.8 - kondice + judo

Mlád'atům doporučujeme účast u Mladších žáků.



1. Judo club Baník Ostrava z.s.

Sponzoři našeho klubu



J. Misky 71/11, Ostrava 30, 700 30
IČO: 27015891
DIČ: CZ27015891

č. ú. 1659796339/0800
www.ljcbo.cz
info@ljcbo.cz