

USK - NABÍDKA POHYBOVÝCH AKTIVIT A AKCÍ**2015****POHYBOVÉ A SPORTOVNÍ AKTIVITY****FLOŠNA - KTVS (Pivovarská flošna 296, Hradec Králové) :**

Lezení na umělé stěně	PO + ÚT 20:00 – 22:00 ST 18:00 – 20:00	Ondřej Lonský + David Špás ondrej.lonsky@uhk.cz
CROSSFIT	PO 18:30 – 20:00	Michal Bureš burak22@centrum.cz
PING PONG	PO 20:30 – 21:30	Ondřej Lonský ondrej.lonsky@uhk.cz
KONDIČNÍ CVIČENÍ 1	ÚT 18:30 – 20:00	Jakub Rulc JRULC@seznam.cz
VOLEJBAL STUDENTI	ST 18:00 – 19:00	David Špás davidspas@gmail.com
VOLEJBAL POKROČILÍ	ST 19:00 – 20:00	David Špás davidspas@gmail.com
BODYFORMING	ČT 17:30 – 18:50	Andrea Přichystalová andrea.prichystalova@uhk.cz
Lezení - VLA	ČT 17:00 – 18:30	Kulich
VOLEJBAL	ČT 19:00 – 20:30	LF – Sobotka O.

T1 – „gymnastická tělocvična“ – budova C (náměstí Svobody 301, Hradec Králové)

SPORTOVNÍ GYMNASTIKA	ST + PÁ 18:00 – 19:30	Jiří Kolář rheumatic@seznam.cz
PARKUR	PO + ČT 19:00 – 21:00	Jan Špindler jan.spindler@sagofilms.com
CORE + FUNKČNÍ TRÉNINK	ČT 8:00 – 9:00	Jan Špindler jan.spindler@sagofilms.com

Plavecký bazén 50 m – Eliščino nábřeží

Zdokonalovací a kondiční plavání:	ÚT 9:30 – 10:30 ST 11:30 – 12:30	Tomáš Roztočil tomas.roztocil@uhk.cz
-----------------------------------	-------------------------------------	---

AREÁL Slezská plovárna (Na Mlejnku 1130/21b, Hradec Králové)

VODÁCKÝ ODDÍL	dle domluvy	Jan Špindler jan.spindler@sagofilms.com
----------------------	--------------------	--

Kontakty:

Včas se seznamte s pokyny pro zápis, **potřebné informace hledejte na stránkách uskhk.cz pod záložkou: Aktuality “Přihlášky – registrace”**. Kapacity pronájmů a jednotlivých nabídek jsou omezené.

PŘIPRAVENÉ AKCE:

Aktuální připravovaná akce bude vždy vysána pod záložkou („Aktuality“) včetně termínu konání, termínu přihlášek a kontaktní adresy.

Akce pro studenty a zaměstnance UHK

SPORTOVNĚ – HERNÍ DNY (pro děti nejenom zaměstnanců UHK)	Loděnice – „Slezská plovárna“	Jan Špindler, David Špás
USK – ZAHAJOVACÍ AKCE (pro studenty UHK)	Loděnice – „Slezská plovárna“	Jan Špindler

Soutěže:

VOLEJBALOVÝ TURNAJ O POHÁR REKTORA UHK	Slávie	listopad 2015	Michal Durišík
CROSSFIT	Flošna	listopad 15	Michal Bureš + Petr Schlegel
FUTSALOVÝ TURNAJ	Slávie	prosinec 14	
LEZECKÉ ZÁVODY	Flošna	prosinec 2015	Ondřej Lonský + David Špás
NAMAKANEC	Flošna	duben 15	Brigita Stloukalová + Tomáš Roztočil

Kurzy:

VYSOKOHORSKÁ TURISTIKA	červenec + září 2015 (2 varianty)	Ondřej Lonský + David Špás
VODÁCKÝ KURZ	červen + září 2015 (2 varianty)	Jan Špindler
CYKLOTURISTICKÝ KURZ	červen nebo září 2015	Tomáš Roztočil + David Špás