



V Praze dne 3. 2. 2025

POZVÁNKA NA SRAZ ŽUPNÍCH VEDOUČÍ SENIORŮ A SENIOREK

TERMÍN: sobota 22. února 2025

MÍSTO: Tyršův dům, Újezd 450, Praha 1 – Malá Strana

POŘÁDÁ: Koedukovaný sbor seniorů a seniorek OV ČOS

PREZENCE: 9:00 – 9:45 hod.

ZAHÁJENÍ: 10:00 hod., tělocvična T1

UKONČENÍ: zhruba do 16:00 hod.

ÚČAST: akce je určena pro župní vedoucí, kteří zastřešují koedukované oddíly seniorských kategorií na župě. Za župu se účastní vedoucí a jeho zástupce (ideálně muž a žena), maximálně dva zástupci za župu.

PROGRAM:

- | | |
|---|----------------|
| - „Cvičíme s vnoučaty“ | Dana Uzlová |
| - Jak na problémy s krční páteří | Věra Pivonková |
| - „Cvičení v páru má páru“ - cvičení ve dvojicích na stanovištích | Jana Kučerová |
| - „Veselá tečka na závěr“ | Jarek Kučera |
| - Porada župních vedoucích. Informace z ústředí. | sbor |

JÍZDNÉ: bude proplaceno proti předložené jízdence, při použití auta bude jízdné proplaceno ve výši jízdného veřejným dopravním prostředkem.
Pozor!! Pokud přijedete autem, je toto nutné předem nahlásit pro zajištění vjezdu.

STRAVOVÁNÍ: zajištěn oběd formou balíčku a pitný režim

UBYTOVÁNÍ: v nutných případech bude zajištěno ubytování z pátku na sobotu v externích hostelech poblíž Tyršova domu (objednejte **závazně** v návratce)

CO S SEBOU: sportovní úbor, obuv do tělocvičny, psací potřeby

Každý účastník obdrží osvědčení o absolvování. Akce je zahrnuta do systému doškolování OV ČOS (v rozsahu 5 vyučovacích hodin) a je součástí bodového hodnocení činnosti žup (1

účast = 1 bod, omluvená neúčast = 0 bodů, župa neodpoví na pozvánku = - 1 bod, přihlášený se nedostaví = - 2 body).

Během programu bude pořízen video záznam.

BLIŽŠÍ INFORMACE: metodik OV ČOS Pavel Tichý (776003983) – ptichy@sokol.eu

NÁVRATKU vyplňte na odkaze <https://forms.gle/59Ve5heihfsDtgyi9>
a odešlete nejpozději do 16. února 2025!

Nazdar!

Petr Svoboda v. r.
náčelník ČOS

Jiří Lhoťan v. r.
vedoucí koedukovaného sboru
seniorů a senierek

Pavel Tichý v. r.
metodik OV ČOS