

Akce Kazín 2020

Znáte Kazín? Bájný hrad sestry kněžny Libuše? Tak hrad je jediné místo, kam se v létě určitě nepodíváme. Ono se tam totiž nesmí, zbytky hradu se příliš rozpadají, nechceme ho zničit a stejně není jisté, že je to „ten“ Kazín od Kazi. Ten pravý Kazín (pokud vůbec Kazi existovala) možná stával na řece Mži a u Berounky podle některých kronikářů stával hrad Bluk na pozůstatcích původního starověkého hradiště.

Jinak ale máme v plánu **od 1. do 9. srpna 2020** navštívit všechny atrakce v blízkém i širokém okolí. Většinu dní začneme rozcvičkou a krátkým posilovacím tréninkem na **pláži** u Berounky, pak nasedneme na kola nebo lodě a navštívíme zajímavosti v okolí. **Jeskyně, skály, podzemní štoly** a pokud se to podaří domluvit, tak i jezero v lomu **Velká Amerika** (v současnosti nepřístupné). A také gymnastické haly a další tělocvičny, ty ale budou tvořit jen malou část našeho programu v některých dnech. Důležitější než gymnastický trénink je pro nás v létě všeobecná sportovní příprava, pohyb na čerstvém vzduchu, co nejvíce sluníčka a hlavně zábava. Předběžně na noc z pátku na sobotu je v plánu **noční hra**, některé dny budou zakončeny **táborákem** se společným opékáním.

Akce je naplánovaná jako **příměstský sportovní tábor**. Pro členy našeho oddílu včetně možnosti přespání v lesní chatě. Protože se nás ale po koronavirové pauze sešlo málo, **každý den můžeme přibrat i několik zájemců mimo oddíl**. Mohou se bezplatně přidat k našim aktivitám na pláži, v lese, a pokud budou mít s sebou jízdní kola, tak i na výlety. Pouze navštívíme-li restauraci, lom, plovárnu, tělocvičnu nebo jinou placenou akci, zaplatí si tam každý hotově vstupné či odebrané jídlo. Za účast na naší sportovní i zábavné činnosti venku včetně trenérského vedení se nic neplatí. Pro zájemce stačí se předem domluvit na účasti v jednotlivých dnech, případně celé době tábora, s organizátory na e-mailu treneri@gymnastikapraha3.cz , případně telefonu 606465030. Nikdo se nemusí bát, že by při sportovních aktivitách nestačil, i výlety budou přizpůsobené nejmladším účastníkům. Zatím jsou přihlášena děvčata od 7 do 16 let, přidat se mohou i chlapci nebo dospělí. Není důležité, co kdo umí, ale ochota na sobě tvrdě pracovat a pomoci ostatním, kde to bude potřeba. K táborákům jsou vítány hudební nástroje.

Nejlepším děvčatům, které se zúčastní našeho otevřeného soustředění a budou mít zájem o pokračování v gymnastickém tréninku i ve školním roce, nabídneme členství v našem oddílu. Cvičíme 4x týdně (závodnice, nezávodní skupina může chodit méně často) v jedné z nejlépe vybavených gymnastických hal v ČR na pražském Žižkově. Více informací najdete na stránkách <http://kazin2020.gymnastikapraha3.cz/> , <http://oddil.gymnastikapraha3.cz/> a gymnastikapraha3.cz .