



SPORTOVNÍ DEN

PRO 1.-9. ROČNÍK ZŠ LUTÍN

KDY? ČTVRTEK 18. ZÁŘÍ

Co nás čeká?

T-běh

běh 60 m

leh sed 1 min

hod basketbalovým míčem

postoj čápa

hluboký předklon

skok (trojskok z místa)

běh 500m (1.stupeň)

běh 1000m (2.stupeň) – volitelné

**Otestujme si rychlost, vytrvalost, hbitost, sílu, rovnováhu
na našem společném sportovním dni.**