



Sportuj s námi
ORGANIZÁTOR BOSKOVICKÝCH BĚHŮ



sobota 24. června 2017 od 12.00 hod.
AREÁL ČERVENÁ ZAHRADA BOSKOVICE

Dětský

TRIATLON



PRVNÍACI, DRUHÁCI = DUATLON
TŘEŤÁCI = TRIATLON

DOPROVODNÝ PROGRAM:

DĚTSKÉ ATRAKCE • UKÁZKA BEZPEČNOSTNÍCH SLOŽEK (HZS, MP, PČR) • AUTOSALON

REGISTRACE NUTNÁ PŘEDEMÍ PŘIHLÁŠKY ON-LINE PŘIJÍMÁME DO 20. ČERVNA 2017!
LETOS NOVĚ POUZE ON-LINE REGISTRACE na

www.detskyduatlon.cz



Sportuj s námi



PŘIPRAV SE S NÁMI

NA DĚTSKÝ TRIATLON/DUATLON

Dětský TRIATLON



ZŮČASTNI SE CYKLISTICKÉ A PLAVECKÉ PŘÍPRAVKY

Budou se o Vás starat trenéři cyklistiky a plavání, dovednosti předvedou zkušení závodníci, nebude chybět zdravotní dozor.

CYKLISTICKÁ PŘÍPRAVA ZÁVODNÍKA:

30. května 2017 v 16:00 ZŠ Slovákova, Boskovice

- kontrola kola a vybavení cyklisty, nastavení posedu
- základy šlapání, ovládání kola a bezpečné jízdy

6. června 2017 v 16:00 ZŠ Slovákova, Boskovice

- procvičení šlapání, ovládání kola na překážkách
- základy specializovaných dovedností

13. června 2017 v 16:00 Sportpark Boskovické stezky

- rozvoj dovedností, řešení krizových situací
- simulace závodních situací, jízda v terénu

20. června 2017 v 16:00 Boskovice, Červená zahrada

- prohlídka a trénink na závodní trati
- závod dvojic, vyřazovací závod



PLAVECKÁ PŘÍPRAVA ZÁVODNÍKA:

7. června 2017 v 15:00 Městské lázně Boskovice

- seznámení s vodním prostředím, rozplavání
- vodní hry, potápění, chůze a běh ve vodě

14. června 2017 v 15:00 Městské lázně / koupaliště Boskovice (dle počasí)

- výuka plaveckých stylů
- pád do vody, orientace pod vodou

21. června 2017 v 15:00 Městské lázně / koupaliště Boskovice (dle počasí)

- zdokonalení plaveckého stylu
- trénink na závodní trati



Treninkové přípravy se mohou zúčastnit děti 1. - 3. třídy základní školy, které se přihlásí na Dětský triatlon/duatlon.

Zájemci o plaveckou a cyklistickou přípravu se musí přihlásit on-line při registraci na dětský triatlon - duatlon.

www.detskyduatlon.cz