|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | **Dátum** | **Időpont** | **Program neve** | **Helyszín** | **Korhatár** | **Jelentkezés** |
|   | **Augusztus 11 hétfő** | 9-13 óra | Asztali labdarúgás / gombfoci | Vörösmarty Gimnázium tornaterme 1085 Bp., Horánszky u. 11. | 6 éves kortól  | Nem kell előre bejelentkezni |
|   | 9-12 és 14-16 óráig  | Kosárlabda | Eötvös József Gimnázium 1053 Bp., Reáltanoda u. 7. | nincs  | Előzetes bejelentkezés szükséges: mdaniel75@gmail.com email címre Mészáros Dániel 20/455 55 63  |
|   | 14-16 óra | Asztalitenisz  | Asztalitenisz Egyetem SE 1086 Budapest, Elnök u. 1. | nincs  | Nem kell előre bejelentkezni |
|   | **Augusztus 12 kedd** | 9-12 és 14-16 óráig  | Kosárlabda | Eötvös József Gimnázium 1053 Bp., Reáltanoda u. 7. | nincs  | Előzetes bejelentkezés szükséges: mdaniel75@gmail.com email címre Mészáros Dániel 20/455 55 63  |
|   | 9-11 óra | Labdarúgás | Népliget, Fradi pálya 1101 Bp., Vajda Péter u. A nagy műfüves pálya | nincs  | Nem kell előre bejelentkezni. |
|   | **Augusztus 13 szerda** | 9-12 és 14-16 óráig  | Kosárlabda | Eötvös József Gimnázium 1053 Bp., Reáltanoda u. 7. | nincs  | Előzetes bejelentkezés szükséges: mdaniel75@gmail.com email címre Mészáros Dániel 20/455 55 63  |
|   | 9-13 óra | Asztali labdarúgás / gombfoci | Vörösmarty Gimnázium tornaterme 1085 Bp., Horánszky u. 11. | 6 éves kortól  | Nem kell előre bejelentkezni |
|   | 14-16 óra | Asztalitenisz  | Asztalitenisz Egyetem SE 1086 Budapest, Elnök u. 1. | nincs  | Nem kell előre bejelentkezni |
|   | 12-14 óra  | Játékos boksz  | Thor Gym 1116 Bp., Nándorfejérvári út 40. | nincs  | Nem kell előre bejelentkezni |
|   | **Augusztus 14 csütörtök**  | 9-12 és 14-16 óráig  | Kosárlabda | Eötvös József Gimnázium 1053 Bp., Reáltanoda u. 7. | nincs  | Előzetes bejelentkezés szükséges: mdaniel75@gmail.com email címre Mészáros Dániel 20/455 55 63  |
|   | 9-11 óra | Labdarúgás | Népliget, Fradi pálya 1101 Bp., Vajda Péter u. A nagy műfüves pálya | nincs  | Nem kell előre bejelentkezni |
|   | **Augusztus 15 péntek** | 9-12 és 14-16 óráig  | Kosárlabda | Eötvös József Gimnázium 1053 Bp., Reáltanoda u. 7. | nincs  | Előzetes bejelentkezés szükséges: mdaniel75@gmail.com email címre Mészáros Dániel 20/455 55 63  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Kosárlabda** | **A megadott időpontokon belül lehet csak 2 órás edzésen is részt venni. Egy fehér és egy színes trikó szükséges. Labdás Ügyesség Fejlesztés - Kosárlabda alapú – versenyek, játékok, fogók, dobó és váltó versenyek, igény szerint más játékos foglalkozások. Alapvetően a kosárlabda mozgás és kultúra anyagára építve fejlesztjük a koordinációt, az erő és állóképességet, a mozgás kultúrát.** |
|  | **Asztali labdarúgás/gombfoci** | **A héten kétszeres Világ, négyszeres Európa és négyszeres országos bajnok Magyar Antal vár. Ha csak játszani akarsz, találsz társakat, ha van kedved tanulhatsz tőle fortélyokat. A programban részt vevő gyerekek megismerkednek a magyar eredetű népi játékból kialakult versenysporttal, megismerik a játékszabályokat, a felszerelések helyes használatát. Haladó szinten a sport taktikai elemeit, majd egymás elleni mérkőzéseket, ún. „házi bajnokság” keretein belüli versenyeket vívnak. Az érdeklődőket, illetve akiket megérint az asztali-labdarúgás sport változata, a program befejezése után budapesti tagszervezeteinkben is szívesen látjuk.** |
|  | **Játékos boksz** | **A megadott időponton egy órás foglalkozások vannak. Bemutató gyakorlatok, majd az ifjú közönség bevonása a mozdulatok elsajátításába, alapállás - lábmunka - bal egyenes - bal-jobb egyenes- ütéskombinációk - iskoláztatás - páros gyakorlatok - ütés-védés gyakorlása - kesztyűzés. Budapesti ökölvívó klubok, küzdősport egyesületek, szabadidősport szerveződések bemutatása – bemutatkozása.** |
|  | **Asztalitenisz** | **Tehetségtől, gyakorlattól függetlenül várják a gyermekeket. Ha van ütőd, hozd magaddal, ha nincs segítünk.** |