

## OSTRAVA - PORUBA

**Adresa:** 17. listopadu 1123/70, 708 00 Ostrava-Poruba  
**Bazén:** 23,7m  
**Hlavní trenér:** Martin Baďura (ostrava.sportsteam@gmail.com)  
**Trenéři:** Lenka Haasová  
Jan Svojanovský  
Miroslav Zdařil  
Tereza Vlčková  
Pavel Novák  
Jakub Kupec  
Marta Skřivánková  
Eliška Dolníčková  
Eva Mikulová  
Adéla Samková  
Mohamed Abdelhadi  
Karel Handlovič

### Tréninky:

Přípravná plavecká výuka-neplavci	pondělí, středa, čtvrtek 15:00 - 15:45, 16:00 - 16:45, 17:00 - 17:45
Základní plavecká příprava	pondělí, středa, čtvrtek 15:00 - 16:00, 16:00 - 17:00, 17:00 - 18:00
Zdokonalovací plavání	pondělí, středa, čtvrtek 15:00 - 16:00, 16:00 - 17:00, 17:00 - 18:00
Sportovně kondiční plavání	pondělí, středa, čtvrtek 15:00 - 16:00, 16:00 - 17:00, 17:00 - 18:00

**Čipový systém:** Žádný čipový systém není.

**Sraz před hodinou:** Scházíme se u dveří před vstupem na bazén. Vstup do šaten je 15 minut před začátkem hodiny. Prezentace se dělá až na bazénu.

**Odchod z bazénu:** Děti odchází ze šaten samy, 10–15 minut po ukončení hodiny.

**Možnost sledovat trénink:** Není možnost.

**S sebou:** plavky, ručník, mýdlo, popřípadě plavecké brýle, čepici, boty k bazénu,...

**Začátek kurzů**

PO 05.02.2018

ÚT 06.02.2018

ČT 01.02.2018

**Konec kurzů**

PO 18.06.2018

ST 20.06.2018

ČT 21.06.2018

**O prázdninách a státních svátcích neplaveme.**