

Přátelé, sportovci a příznivci našeho klubu,

naším společným cílem je zkvalitňování sportovní přípravy sportovců, proto vás chceme tímto pozvat na Partyzán na Morávce, kde dne 22.12. od 17. hod. bude velice poučný a inspirující workshop na téma kondiční, posilovací a stabilizační cvičení, jídelníček sportovce atd. Sportovci si budou moci cviky sami vyzkoušet a rodiče se mohou ptát...

Vstupné: tácek domácího cukrového, abychom mohli všichni vyzkoušet :-)

A kdo je přednášející?

Filip Saidl

Kondiční trenér u:

Akademie FC Baník Ostrava, 1.SC Tempish Vítkovice ženy, Česká florbalová reprezentace WU19, trenér Karate Tygr Ostrava

Bývalý člen reprezentačního výběru karate

Vítěz světového poháru 2009 - dorost

Bronz akademické Mistrovství světa 2016

Stříbro Evropský pohár 2014

4.místo Mistrovství světa WKC 2010

Vícenásobný medailista Mistrovství ČR

A díky působení u Baníku či repre má sježděny nej semináře po celé Evropě.

Účast nám potvrďte na tuto email adresu do 10.12.!!!

Díky za zájem

Pavel Gazda