

## ČASPV Lišov

Česká asociace sport pro všechny organizuje svoji činnost pod hlavičkou Sportovní klub Lišov z.s.. ČASPV zajišťuje pravidelné celoroční cvičení pro rodiče (popř. prarodiče) s dětmi od 2 let, dále všesportovní přípravu pro mladší žactvo – děti 1. stupně ZŠ, cvičení s hudbou pro mladší i starší žákyně, Parkour pro děti školního věku i starší cvičence (parkouristé - traceuři), cvičení pro ženy, muže a soutěžní činnost družstva košíkové. Cvičení z velké části probíhá v tělocvičně místní základní školy, případně na travnatém povrchu v areálu SK Lišov. V dětských kategoriích se oddíl každoročně účastní okresních soutěží v lehké atletice, Mikulášských míčových her a Medvědí stezky, které pořádá regionální centrum ČASPV České Budějovice. Každým rokem mladí sportovci z Lišova obsazují některé medailové pozice. V letošním roce se zúčastnilo 11 dětí a na medailových příčkách jich skončilo v odpovídajících kategoriích 9. Družstvo basketu provozuje svoji soutěžní činnost v krajské soutěži.

Přijďte mezi nás. Zde jsou předpokládané časy cvičebních hodin od září 2017:

### CVIČEBNÍ HODINY V MALE TĚLOCVIČNĚ SOU LIŠOV

PONDĚLÍ

18.00 - 19.00

Ženy I

**CVIČEBNÍ HODINY V TĚLOCVIČNĚ ZŠ LIŠOV**

ÚTERÝ

17.00 - 18.00

Žactvo

18.00 - 19.00

Mladší žákyně

19.00 - 20.00

Ženy II

ČTVRTEK

17.00 - 18.00

Rodiče a děti

18.00 - 20.00

Košíková muži

PÁTEK

20.00 - 22.00

Muži + Parkour

SOBOTA

13.00 - 15.00

Parkour - začátečníci

J

Vítáme nové cviče

Kromě pravidelné organizace sportovních aktivit pořádá oddíl ASPV další akce pro širokou veřejnost směřující k aktivnímu sportu a zdravému životnímu stylu nejen u dětí a mládeže. Jednou z nich je turistický výšlap „Špacír za puhejřem“, kde si účastníci pochodu vybírají délku trasy podle své kondice. Další akcí je Prvomájový cyklovýlet, který oddíl ASPV zajišťuje spolu s městem Lišov. V letošním roce se zúčastnilo 121 cyklistů z toho 32 dětí. Dále ASPV pomáhá s organizačním zajištěním červnové akce pro děti „Pohádková cesta“, kde působí na stanovištích s pohybovou tematikou. Tímto se snažíme zapojit do pohybových aktivit formou her a názorných ukázek děti předškolních a mladších školních tříd. Touto naší činností se snažíme u nás na malém městě rozšiřovat povědomí o prospěšnosti sportu a jeho vlivu na zdraví a duševní pohodu každého jedince.

Dovednosti našich sportovců každoročně prezentujeme na Lišovských slavnostech na začátku září. Parkouristi předvádějí své akrobatické skoky s ukázkami překonávání překážek v přirozeném prostředí. Oddíl děvčat vždy secvičí novou sestavu – cvičení s hudbou s tanečními prvky. Před každým takovým vystoupením mají děvčata velmi intenzivní tréninky. Kromě sportovních aktivit se snažíme i o stmelení dětských či mládežnických kolektivů, snažíme se o samozřejmé zapojení rodičů, bez jejichž pomoci bychom nebyli schopni zabezpečit celoroční chod oddílů.



