



PROGRAM NA TÝDEN SOKOL SPOLU V POHYBU V PÍSKU

SOBOTA 24. ZÁŘÍ

19:00 – 23:59 #BEACTIVENIGHT

Pro žactvo, dorost a dospělé

Každý, kdo bude mít chuť přispět svým nočním výkonem, se může v sobotu 24. září kdykoliv **mezi 19:00 až 23:59 vydat k lávce Dagmar Šimkové (pravý břeh)**, kde pomocí aplikace iOrienteering naskenuje startovní QR-kód a vyrazí na cestu. Trasa povede 4 km proti proudu řeky až k Zátavskému mostu (viz [mapa](#)) a zase zpátky.

Každý si však může 8km trať **zkrátit dle libosti**. Na každém půl kilometru totiž rozvěsíme osvětlené QR-kódy (7 po cestě a 1 na Zátaváku), které budou představovat pomyslné obrátky. Kdo bude chtít zdolat například tři kilometry, tak se stačí dostat ke třetímu QRku (1,5 km), který si naskenuje, a poté vyrazí zpět.

Po návratu k lávce Dagmar Šimkové stačí naskenovat cílový QR-kód, který naleznete vedle kódu startovního. Až budete mít k dispozici internet, tak svůj výsledek v aplikaci iOrienteering tzv. **uploadněte** nebo nám ho **zašlete jako screenshot** na e-mail vsestrannost@sokolpisek.cz nebo do zprávy na [Facebook](#) či [Instagram](#), abychom znali počet vašich kilometrů. Půjde/poběží-li více lidí pouze s jedním telefonem nebo pod jedním účtem v aplikaci, dejte nám to prosím vědět.

Shrnutí – co budete potřebovat:

- Nabitý mobilní telefon.
- Staženou mobilní aplikaci iOrienteering ([android](#) / [apple](#)). Návod k obsluze aplikace [zde](#).
- Čelovku nebo baterku, abyste viděli na cestu.
- Dobrou obuv, přiměřeně teplé oblečení a dobrou náladu.

Pro rodiče s dětmi a předškoláky

Pro malé dobrodruhy je připraveno večerní Bingo, které bude začínat **v 19:00 u dveří sokolovny** (viz [mapa](#)).

POKOŘME SPOLEČNĚ CO NEJVÍCE KILOMETRŮ!



NEDĚLE 25. ZÁŘÍ

10:45 – 11:45 BRUSLENÍ SE SOKOLEM

Kdo si chce zabruslit na volném ledě, má příležitost **v neděli 25. září od 10:45** na píseckém zimním stadionu. Sraz je před vchodem na stadion (viz [mapa](#)) asi 15 minut před začátkem. Šatna je zajištěna a vstupné je dobrovolné. Na ledě budou k nápomoci i někteří písečtí cvičitelé.

Přihlaste se na <https://sokolpisek.cz/centrum-ov/>

12:40 – 18:00 SOKOLSKÝ VÝLET NA VELKÝ KAMÝK

Neděle odpoledne bude patřit turistické aktivitě. Sraz účastníků bude **ve 12:40 na hlavním vlakové nádraží**, odkud odjíždí vlak ve 12:48 do stanice Písek-Dobešice (lze také nastoupit na zastávce Písek-zastávka ve 12:50). Z Dobešic se půjde za Velké Nepodřice na rozhlednu Velký Kamýk, poté do Malých Nepodřic a po modré značce okolo řeky zpět do Písku – celkem asi 14 km. Předpokládaný návrat a rozchod je v 18:00 na Velkém náměstí. S sebou oblečení dle počasí, pevnou obuv, šátek, pití, drobnou sváču a dobrou náladu.

Přihlaste se na <https://sokolpisek.cz/centrum-ov/>

V případě dotazů se obraťte na vedoucího **Máru Matošku** (marekmatoska@gmail.com)



STŘEDA 28. ZÁŘÍ

9:30 – 12:00 SOKOLOVÉ NA KOLE

Na Den české státnosti se nahlášení zájemci sejdou i se svými koly **v 9:30 před sportovní halou** (viz [mapa](#)). V plánu je rovinatá 25km trasa kolem řeky směrem na Putim a poté zpět.

Přihlaste se na <https://sokolpisek.cz/centrum-ov/>

V případě dotazů se obraťte na organizátora **Jakuba Čudlého** (cudlyk@seznam.cz)



OTEVŘENÉ CVIČEBNÍ HODINY

16:00 – 17:00 PŘEDŠKOLÁCI (pondělí či čtvrtek)

17:00 – 18:00 MLADŠÍ ŽÁKNĚ (pondělí či čtvrtek) / **MLADŠÍ ŽÁCI** (úterý či pátek)

18:00 – 19:00 STARŠÍ ŽÁKNĚ (pondělí či čtvrtek) / **STARŠÍ ŽÁCI** (úterý či pátek)

19:00 – 20:00 MLADŠÍ MUŽI (úterý)

19:00 – 20:30 MLADŠÍ ŽENY (čtvrtek)