

Tréninky oddílu Šerm Sokol Šternberk

Členové oddílu pokračují po uzavření sokolovny od poloviny měsíce prosince roku 2020 v tréninkovém procesu pravidelně 2-3 x týdně v parku, lese a dalších prostorách, které umožňují provozovat trenérskou školu šermu, posilovací cvičení, gymnastiku šermířských nohou i strečinková cvičení po tréninkové zátěži. O víkendech oddíl doplňuje tréninkové aktivity o dálkové výlety v okolí města Šternberka.

Mějte se hezky.

S pozdravem a přáním příjemných jarních dnů



Kontakt:

Ing. Martin Láta

předseda a trenér oddílu

Šerm Sokol Šternberk

martin.latal@psmorfeus.com

http://www.psmorfeus.com/serm_sokol

Jiráskova 2232/42

785 01 Šternberk

tel.: +420 723 854 256

23. března 2021



Obr. 1. akce: Výlet do Těšíkova dne 9. ledna 2021 (Lenička, Adélka, Čenda, Martin Látal – trenér, Vláďa)



Obr. 2. akce: Výlet na Kopeček k ZOO dne 17. ledna 2021





Obr. 3. akce: Výlet na Kopeček a Samotišek dne 23. ledna 2021 (Adélka, Lenička, Čenda, Martin Látal – trenér, Vláša)



Obr. 4. akce: Výlet do šternberského lesa dne 16. února 2021 (Lenička, Davča, Nikolka, Martin Látal – trenér, Vláša)





Obr. 5. akce: Výlet do Mutkova dne 21. února 2021 (Martin Látal – trenér, Davča, Vláša)



Obr. 6. akce: Trenérská škola v Altánku městského parku 26. února 2021
(Vláďa, Davča, Lenička, Martin Látal – trenér)









Obr. 6. akce: Trenérská škola v Altánku městského parku dne 26. února 2021, nácvik fleše



Obr. 7. akce: Výlet do Dalova dne 7. března 2021 (Martin Látal – trenér, Davča, Vláša)