

Program 5. ročníku nejen sportovní a dobročinné akce

SPORTUJ A POMÁHEJ**27. 3. 2015**

Sportovní hala a přizemí staré budovy Gymnázia Chotěboř od 15.00 do 22.00 hodin

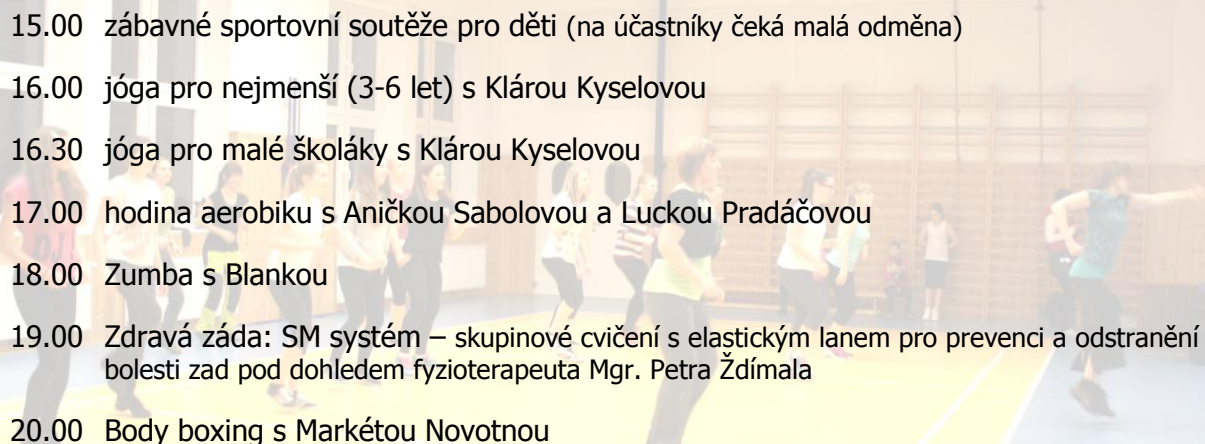
Základní vstupné 20 Kč (ale můžeš přispět i víc)

Výtěžek ze vstupného poputuje na podporu vzdělání, kvalitnější jídlo a také potřebné léky a lékařskou péči malých tibetských mnichů. Zprostředkovatelem finanční pomoci je obecně prospěšná společnost Most.

Velká tělocvična Gymnázia Chotěboř

- 
- 15.00 **koncert kapely BeneBend** (o. s. Benediktus)
 - 15.30 II. ročník školního turnaje v přehazované pro třídy PRIMA až KVARTA
 - 16.30 **Host LA Team SK Buttula** (sestavy Mamma Mia, Beautiful Day, Sportovní aerobic L-A-K)
 - 17.00 **Krav Maga** – unikátní příležitost vyzkoušet si základy izraelské sebeobranu
 - 18.00 florbal
 - 19.00 **Vystoupení chotěbořského gymnastického oddílu pod vedením Jany Májové**
 - 19.30 **lakros** (skautské středisko Doubravka) + badminton
 - 20.00 futsal
 - 21.00 volejbal + basketbal
 - 22.00 ukončení akce

Malá tělocvična Gymnázia Chotěboř

- 
- 15.00 zábavné sportovní soutěže pro děti (na účastníky čeká malá odměna)
 - 16.00 jóga pro nejmenší (3-6 let) s Klárou Kyselovou
 - 16.30 jóga pro malé školáky s Klárou Kyselovou
 - 17.00 hodina aerobiku s Aničkou Sabolovou a Luckou Pradáčovou
 - 18.00 Zumba s Blankou
 - 19.00 Zdravá záda: SM systém – skupinové cvičení s elastickým lanem pro prevenci a odstranění bolesti zad pod dohledem fyzioterapeuta Mgr. Petra Ždímalu
 - 20.00 Body boxing s Markétou Novotnou

Po celou dobu trvání akce Vám bude k dispozici horolezecká stěna s odborným dohledem a posilovna. Nezapomeňte si vzít sportovní obuv na přezutí.

Osmička Café

Osmička Café je novinkou letošního ročníku akce. Tuto „kavárnu“ můžete navštívit od 15.00 do 22.00 hodin.

Výjimečnost kavárny je umocněna netradičním způsobem přípravy občerstvení. V rámci akce **Upeč pro Tibet** můžete sami doma navařit, napéct či usmažit Vaše oblíbené jídlo a podělit se o ně s ostatními návštěvníky kavárny.

Přijďte si posedět u tibetské hudby s tibetským čajem, českou buchtou a fotkami z Tibetu od Lenky Šťastné.

Najdete zde mimo jiné informace o chotěbořské pobožce Amnesty International, Dobré společnosti, skautském středisku Doubravka, o. s. Benediktus a o. p. s. Most. V průběhu odpoledne můžete zhlédnout i film Saviour o kapele BeneBend.

Program v Osmičce

- 15.30 prezentace organizátora AI a spoluorganizátorů (spolek Dobrá společnost, o. s. Benediktus, skautské středisko Doubravka) + prezentace obecně prospěšné společnosti Most, která se zaměřuje na podporu vzdělanosti a zlepšování životních podmínek tibetských dětí, buddhistických mnichů a mnišek, nomádů, tibetských uprchlíků i starých lidí.
- 18.00 promítání filmu „**Útěk přes Himaláj**“
(německá režisérka dokumentuje cestu šesti mladých Tibetců přes Himaláje do tibetské exilové vesničky v Indii)
- 18.45 promítání filmu „**Na druhé straně Himaláje**“
(život výše zmiňovaných dětí o pět let později v tibetské exilové komunitě v indické Dharamsale)
- 20.00 promítání filmu „**Na sever od slunce**“
(film z cyklu Jeden svět oplývající fantastickými záběry přírody, surfování, radosti ze života mimo civilizaci i jedné ekologické katastrofy)

Přízemí staré budovy Gymnázia Chotěboř

15.00 – 17.00 tvůrčí dílny „Učíme se od skautů, Benediktu a Dobré společnosti“

Ačkoli je vstupné pouze 20Kč, na místě je možné zakoupit si ve stáncích o. s. Benediktus a Most, o. p. s. rukodělné výrobky či drobné upomínkové předměty s tematikou Tibetu.

Na sporty se můžete předběžně přihlásit na webových stránkách gymnázia Chotěboř (www.gch.cz) nebo na facebookové události Sportuj a pomáhej. Údaje nám pomohou k lepšímu zorganizování akce (registrace není povinná). **Odkaz pro přihlašovací formulář: <http://goo.gl/forms/EkcZh7SjiN>**