



# Lezení na umělé stěně

**Čas bude upřesněn**  
**Kutná Hora**  
**Gymnázium Jiřího Ortena**

**Pro děti od 8 do 15 let**

- Lezení na umělé stěně je v současné době poměrně oblíbeným sportem.
- Lezení je pro děti naprosto přirozený pohyb, který rovnoměrně a přirozeně posiluje celé tělo.
- Bezpečnost je zajištěna vedením zkušeného instruktora.
- Nepotřebujete žádné speciální vybavení (pouze sportovní oblečení a obuv do tělocvičny)
- děti se naučí základní techniky jištění a uzlů, překonávat různě těžké cesty, získají zásady bezpečného lezení

**Vedoucí: Markéta Kalousková**  
**Cena: 1 700 Kč/10 lekcí**



**Informace,  
přihlášky:**

**Dům dětí a mládeže, Kolín, Pražská 161, Kolín 1**  
**Markéta Kalousková, tel. 321 712 939, 731 615 633**  
**e-mail: kalouskova.marketa@ddmkolin.cz, www.ddmkolin.cz**