



SPORTOVNÍ DEN UP

STŘEDA 13. 5. 2026

NABÍDKA AKTIVIT "UVNITŘ"				
MÍSTO	ČAS	SPORT	LEKTOR	KAPACITA
Václavky	08.00 - 09.00	Ranní jóga	Sedlářová	35 osob
	09.00 - 10.00	Kruhový trénink	Grácová	35 osob
	10.00 - 11.00	Latino mix	Přidalová	30 osob
	11.00 - 12.00	Line Dance	Fasnerová	35 osob
	12.00 - 13.00	Pilates	Filipenko	35 osob
	13.00 - 14.00	Zdravá záda	Pánková	35 osob
Kol. 17. listopadu	09.00 - 10.00	Indoorcycling	Knapčoková	15 osob
	10.00 - 11.00			15 osob
	16.00 - 17.00	Indoorcycling	Knapčoková	15 osob
	17.00 - 18.00			15 osob
Hynaisova T1	8.00 - 8.30 zápis	Volejbal - turnaj smíšených trojic	Bednář	48 osob
	8.30 - 12.30			
	18.00 - 19.30	Basketbal	Balaban	20 osob
Lukostřelnice loděnice za SH	12.30 - 13.30	Lukostřelba	Skácel	10 osob
	13.30 - 14.30			10 osob
Flash Wall, Chválkovice 615	13.00 - 14.30	Sportovní lezení	Bundil	6 osob
	14.30 - 16.00			6 osob
	13.00 - 16.00	Volné lezení na lezecké stěně		10 osob
Budova PŘF, 6. patro - vestibul	14.00 - 16.00	Stiga hokej	Tomáščík	16 osob
Fit - ko Kočířovi	16.30 - 17.30	Funkční trénink	Kočič	12 osob
	17.50 - 18.50	Jumping	Spáčilová	8 osob
Omega	09.00 - 10.00	Badminton	Rohleder	16 osob
	10.00 - 11.00			16 osob
	11.00 - 12.00	Pickleball	Rohleder	16 osob
Tancelář	10.00 - 11.00	Pole Dance	Pátalová	10 osob
	16.00 - 17.00			10 osob

NABÍDKA AKTIVIT "VENKU"				
MÍSTO	ČAS	SPORT	LEKTOR	KAPACITA
Sjezd řeky z Hynkova	sraz u loděnice SH 08.00 - 16.00	Kanoistika (kanoe)	Navrátil, Součková, Skrbek, Hálková	28 osob
Kurty Hynaisova	08.00 - 11.00	Tenis - zaměstnanci	Novotník	2-4 osoby/kurt
	11.00 - 15.00	Tenis - studenti	Novotník	2-4 osoby/kurt
Poděbrady, Lovecká chata	sraz Řepčín, želez. 9.00 - 12.00	Koloběžky	Fasnerovi	25 osob
Náplavka, kolej Gen. Svobody	sraz pivnice Doga 9.00 - 10.30	Nordic walking	Fasnerová	20 osob
Beachvolejbal za tenis. kurty TJ Milo	12.30 - 13.00 zápis 13.00 - 16.00	Beachvolejbal - turnaj smíšených trojic	Hnilica	48 osob
Poděbrady u hl. pláže	13.00 - 14.00	Kruhový trénink	Valenta	20 osob
	14.00 - 15.00	Párová akrobacie		20 osob
Poděbrady u hl. pláže	13.00 - 14.30	Archery arena	Oláh	12 osob
	14.30 - 16.00			12 osob
Poděbrady hlavní pláž	14.00 - 15.00	Paddleboard	Fasnerovi	7 osob
	15.00 - 16.00			7 osob
Gymnázium Hejčín	12.30 - 14.30	Flag football (americký fotbal)	Dohnal	30 osob
Baseballové hřiště na Lazcích	15.00 - 17.00	Baseball (začátečníci a děti)	Vavrysová (Skokani)	30 osob
		Baseball (mírně pokročilí)		20 osob
Chomoutovské jezero, ul. Písečná	15.00 - 18.00	Jachting	Utíkal	15 osob
Antukové hřiště kolej Gen. Svobody	15.00 - 17.00	Nohejbal trojic	Pospíšil	12 osob
Pivnice Doga a okolí ul. Šmeralova	15.00 - 18.00	Discgolf, Krokot, Petangue	materiál k zapůjčení	bez rezervace
	15.00 - 18.00	Pro děti - sportovní a výtvarný program, skákací hrad		bez rezervace
	14.00 - 22.00	Občerstvení zajistí pivnice Doga!		
	18.30	LOSOVÁNÍ CEN Při absolvování kteréhokoliv sportu z nabídky SD ASC UP dostanete dva STEJNÉ LÍSTKY. Jeden si ponechtejte pro kontrolu a druhý přijďte hodit do osudí!!		
	19.00 - 22.00	Živá hudba		

Akademik sport centrum UP

REZERVACE na www.sportuj.upol.cz

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA!

<https://ascup.upol.cz/>

Podmínkou rezervace je registrace v našem systému. Všechny nabízené sporty jsou zdarma! Na tento den uděluje rektor UP rektorské volno.

Dračí lodě	13.00 - 17.00	Náplavka	Vyskočilová - Welcome office	8 týmů/10+1
------------	---------------	----------	------------------------------	-------------

REZERVACE na www.upol.cz/sportovni-den