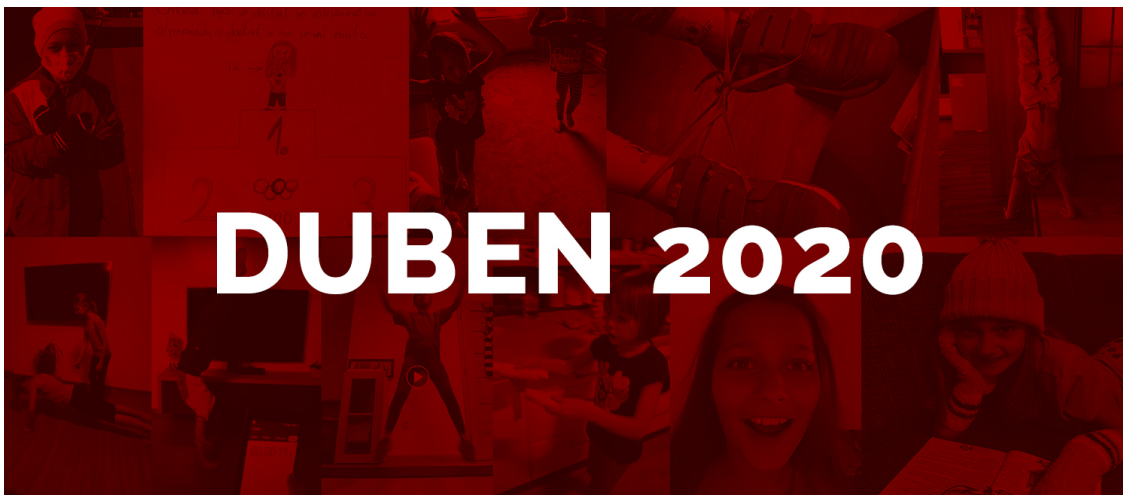


## #spolutozvladneme



## Ženy A vyhrály II. ligu!

Ženy A vyhrály II. ligu. Sezóna byla bohužel předčasně ukončena 2 kola před koncem, nicméně naše buchty směřovaly za vítězstvím, které je letos opravdu zasloužené. Je to pro náš historicky nejlepší umístění vůbec. Děkujeme a gratulujeme. Jak holky hodnotí uplynulou sezónu ovlivněnou ke konci událostmi posledních týdnů? [Čtěte zde.](#)



## Týdenní domácí výzvy

Situace je v současnosti taková, jaká je, a všichni se musíme přizpůsobit. My ale neklesáme na mysl! Naopak! Připravili jsme pro děti týdenní domácí výzvy, a to jak sportovní, tak odlehčené, které mají úspěch! Pokud se chcete o výzvách dozvědět více, rozklikněte [tento odkaz](#). Děti se do výzev vrhly s vervou sobě vlastní a my jsme moc rádi, že s námi sdílí své úspěchy i neúspěchy na sociálních sítích. Album s fotkami najdete [na našem FB](#) (pravidelně album aktualizujeme).

Za plnění výzev děti dostávají odměny v podobě klíčenek, nových placek s logem a volejbalových míčů (pro ty nejvytrvalejší).

## Volejbal ČK na youtube? Ano!

S výzvami jsme spustili i náš oficiální youtube kanál, kam budeme postupně přidávat videa z plnění domácích výzev, reporty ze zápasů (až to bude opět možné), ukázková cvičení apod. Pokud chcete být v obraze, klikněte na odběr [na našem oficiálním youtube kanálu](#).



*Rodiče dětí nám na oficiální profil zasílají videa a fotky z plnění domácích výzev. U některých jsme se opravdu dobře pobavili. :)*



*Na našem youtube kanálu najdete i ukázková provedení cviků v podání Martina Chrásky.*

# Cvičíme s Nikčou

Nejen pro děti jsme na našem FB připravili pravidelnou sérii "Cvičíme s Nikčou", kterou Vás provede naše smečařka a univerzálníka Nikol Urbanová, která má zkušenosti z extraligy juniorek. Cvičit můžete díky ŽIVÉMU vysílání na našem FB každé **PONDĚLÍ, STŘEDU, PÁTEK** a **NEDĚLI** od 18:00. Cvičení trvá zhruba hodinu a je opravdu výživné! Předchozí videa [najdete na našem FB](#).



**PONDĚLÍ | STŘEDA | PÁTEK | NEDĚLE**

## **CVIČÍME S NIKČOU**

**VŽDY OD 18:00  
ŽIVĚ NA NAŠEM FB  
Z POHODLÍ VAŠÍ KARANTÉNY**

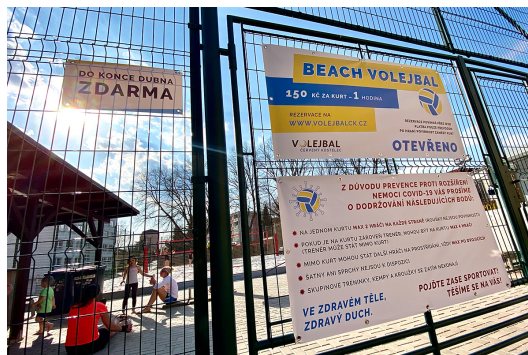


**Beach volejbal do konce dubna zdarma**

Ve zdravém těle, zdravý duch. Díky částečnému rozvolnění opatření proti koronaviru můžeme opět na kurtech sportovat. Náš "plážák" je Vám plně k dispozici a to **zdarma do konce dubna**. Od začátku května je standardní cena 150 Kč za kurt za 1 hodinu.

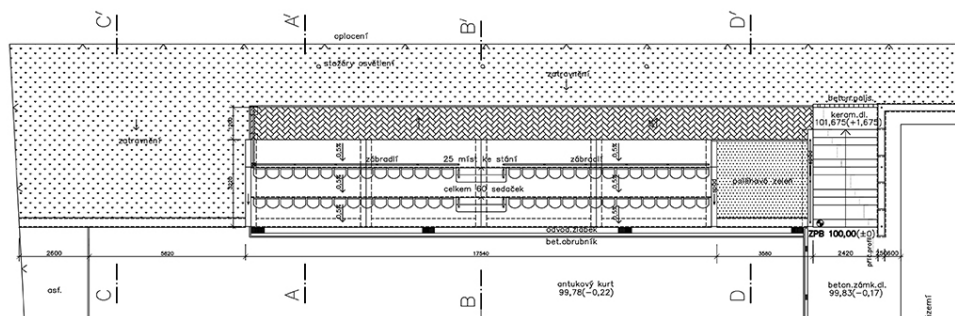
Rezervace nutná přes [rezervačník na webu](#), platby pouze převodem.

**Prosíme všechny o dodržování opatření proti šíření koronaviru, která najdete na bráně areálu.**



## Zajímavost na konec

Revitalizace našeho areálu neskončila slavnostním otevřením, stále se snažíme prostory zdokonalovat, aby Vám u nás bylo hezky. Brzy se můžete těšit na novou tribunu (viz foto)!



**Za měsíc opět na slyšenou!**

[www.volejbalck.cz](http://www.volejbalck.cz)



O KLUBU

KONTAKT

AKCE

NEJBLIŽŠÍ ZÁPASY

FOTO