

# JÓTÉKONYSÁGI SPORTNAP

2023/09/30

## TORNATEREM

8:00-9:00 Taekwondo, RG  
10:00-11:00 Judo  
10:00-11:00 Sporttánc, vívás  
11:00-12:00 Tollas

## MUSKÁTLI PARK

9:00-13:00 Soccer Cage,  
kötélhúzó verseny, ugróiskolák,  
óriás sakk, cornhole, korfbal

10:00-11:00 Fehér György kutyakiképző  
Dog-Ma, csoportos nyílt óra 10:30-kor

## SPORTCSARNOK

8:00-9:00 Jóga  
9:00 Futóverseny (ovi, alsó, felső)  
10:00-12:00 Kosárlabda  
11:00 Kerékpározás a faluban  
12:00-13:00 Röplabda

## MŰFŰ

10:00-11:00 Labdarúgás  
11:00-13:00 Kapuralövés  
sebességmérővel-speedmaster

## KÜLTÉRI SPORTPÁLYA-ISKOLA

10:00-12:00  
Kerékpár akadálypálya

## CALMA LÉLEKTERÁPIA (Muskátlai utca 1/b.)

12:00-14:30 BEMELEGÍTŐ vagy IZOMLAZÍTÓ aromaterápiás masszázsolaj készítése és masszázsmozdulatok elsajátítása  
14:30-15:30 A SPORTOLÁS LÉLEKTANA – előadás szülők számára a sportpszichológia és az aromaterápia világából (Leiszt Ági és Rajnák Bea)  
16:00-17:00 PILATES óra Jeney Alexandrával (előzetes bejelentkezés szükséges)  
18:00-19:00 Gyertyafényes JÓGA ÓRA Lövey Ivettel (előzetes bejelentkezés szükséges)

## TELKI TENISZ ÉS SPORTCENTRUM

10:00-11:00 Tenisz (előzetes jelentkezés)

12:00  
Iskola udvar  
átadó ünnepség



FootballExpress.hu



A SPORTNAPON MINDEN PROGRAM INGYENES, HOGYAN SEGÍTHETSZ?  
Céljaink és programjaink megvalósításához többféleképpen járulhatsz hozzá.  
Pénzadományoddal támogathatod Óvoda-Iskola Telkiben Alapítványt az adománpontnál,  
vagy utalhatsz közvetlenül a bankszámlánkra: OTP Bank 11742348-20002011