

Oddíl všestrannosti se zaměřuje na cvičení dětí a to už od těch nejmenších, kteří se scházejí při cvičení rodičů s dětmi (2 – 4 let). V současné době je přihlášeno 18 dětí, ½ přihlášených dojíždí z Ústí nad Orlicí a okolí. Cvičení probíhá formou hry při využití říkad, písniček a různého náčiní. Podobně probíhá také cvičení předškolních dětí. I o toto cvičení je poměrně velký zájem, letos je přihlášeno 20 dětí. Už šestým rokem probíhá smíšené cvičení chlapců a děvčat. Je jich přihlášeno 26 a při počtu 20 se pravidelně scházejí. Jedná se o všestranně zaměřené cvičení, míčové a kolektivní hry a cvičení na náradí. Také chodíme plavat a bruslit. Na ukončení cvičení jsme navázali na tradici stanování. Celý rok se děti těší na víkend plný her a dobrodružství. Starší žáci a dorostenci si zvyšují fyzickou posilováním, dále se v pátek věnují stále velice oblíbenému florbalu. Pro ženy je již tradičně organizováno cvičení aerobiku a posilování. Také muži se opět scházejí při hraní sálové kopané. V prosinci 2014 jsme uspořádali soustředění pro rodiče s dětmi v Orl.Horách. Zúčastnilo se 40 lidí. Víkend s programem se osvědčil, a proto bychom rádi tuto akci zopakovali. O fungování složky všestrannosti se starají cvičitelé Lenka Horníčková, Jana Fišerová, Petr Horníček, Nicol Junková, Jana Šparlinková, Jana Harapátová a Pavel Bureš.

V Ústí nad Orlicí 16.3.2015

Horníčková Lenka

