

Sportmanie Plzeň

Sportovní park pro celou rodinu

18.–26. 8. 2018

po–pá 13.00–19.00

so–ne 10.00–19.00

Amfiteátr a park za OC Plzeň Plaza | **Vstup ZDARMA**

Průvodce – mapa areálu + program

sport.plzen.eu



Pořádá

Město  Plzeň

Hlavní partneři



Partneři



Vodárna Plzeň



HDT.CZ



WINTERSPORT

@Smucter

Plzeňský Plzeň

4PRO

211

DAIKIN



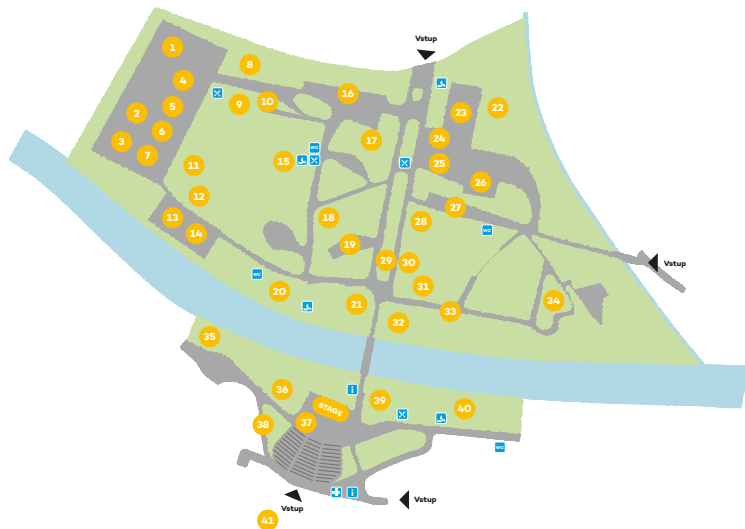
Mediální partneři

HITRÁDI TM PLUS

zak

Plzeň TV

Mapa areálu Sportmanie Plzeň



Stanoviště 18.–20. 8.

- 1 Florbal
- 2 Tenis
- 3 Basketbal
- 4 -
- 5 -
- 6 Fitpark
- 7 Wellness
- 8 Petanque
- 9 Beach ping pong
- 10 Hokej
- 11 Kopání na terč
- 12 -
- 13 Házená
- 14 Koloběžky
- 15 Atletika
- 16 Lezecká aréna
- 17 Aikido
- 18 Skákací hrad
- 19 -
- 20 Kanoistika
- 21 Paddleboard
- 22 Lukostřelba
- 23 Pumptrack
- 24 Longboard
- 25 Snowboard
- 26 Jumparena
- 27 Triatlon
- 28 Autodráha
- 29 Výstava – Proměny plzeňských sportovišť / Smart City Plzeň
- 30 Vodárna Plzeň – posezení a přednášky
- 31 Zachranná služba Plzeňského kraje
- 32 Dětský koutek – Mini aktivity
- 33 Plzeňská krajská asociace Sport pro všechny
- 34 Cyklistika

Stanoviště 21.–23. 8.

- 1 Florbal
- 2 Tenis
- 3 Basketbal
- 4 Pozemní hokej
- 5 Badminton
- 6 Fitpark
- 7 Wellness
- 8 Beach volejbal
- 9 Beach ping pong
- 10 Plochá dráha
- 11 Kopání na terč
- 12 -
- 13 Házená
- 14 Koloběžky
- 15 Atletika
- 16 Lezecká aréna
- 17 Judo
- 18 Skákací hrad
- 19 Box
- 20 Move(f)it!
- 21 Paddleboard
- 22 Střelba
- 23 Pumptrack
- 24 Longboard
- 25 Snowboard
- 26 Jumparena
- 27 -
- 28 Autodráha
- 29 Výstava – Proměny plzeňských sportovišť / Smart City Plzeň
- 30 Vodárna Plzeň – posezení a přednášky
- 31 -
- 32 Dětský koutek – Mini aktivity
- 33 Pohyb 1P
- 34 Cyklistika

Stanoviště 24.–26. 8.

- 1 Florbal
- 2 Tenis
- 3 Basketbal
- 4 Hokejbal
- 5 Badminton
- 6 Fitpark
- 7 -
- 8 Petanque
- 9 Beach ping pong
- 10 Hokej
- 11 Kopání na terč
- 12 -
- 13 Házená
- 14 Česká házená
- 15 -
- 16 Lezecká aréna
- 17 Pozemní hokej
- 18 Rugby
- 19 Billiard
- 20 Cheerleaders
- 21 Paddleboard
- 22 Biatlon
- 23 Pumptrack
- 24 Longboard
- 25 Snowboard
- 26 Jumparena
- 27 Plavání
- 28 Autodráha
- 29 Výstava – Proměny plzeňských sportovišť / Smart City Plzeň
- 30 Vodárna Plzeň – posezení a přednášky
- 31 -
- 32 Dětský koutek – Mini aktivity
- 33 Bodyzorbong
- 34 Cyklistika

- 35 KartArena
- 36 Fotokoutek
- 37 Krašovská zóna
- 38 Vodní skluzavka
- 39 VIP stan
- 40 Spartan Race Training Group Plzeň
- 41 Curling
- Infostánek/vyzvednutí medailí

Hlavní program – Sportmanie stage

Made by
Krašovská

18. 8. sobota	10.30	Taneční škola Dance Nation – disco dance
	11.00	Pohybové studio J&A – sport aerobic
	11.30	Fit Jóga Studio – jóga s Petrou Šroubkovou
	12.30	DJ party
	13.00	Vem Camára Capoiara
	13.30	Aikido Plzeň
	14.00	TS Hely – tanečky pro děti
	14.30	AE Klub LADY Plzeň
	15.00	Aikido Plzeň
	16.00	ZAČÁTEK OFICIÁLNÍHO ZAHÁJENÍ SPORTMANIE PLZEŇ 2018 Vystoupení sokolů na nám. Republiky Průvod z náměstí do OC Plzeň Plaza Bubenická show – TAM TAM Batucada
	16.30	AVVA – Parkour Academy
	17.00	PILSEN JUMPING SHOW – 150 trampolínek
	17.40	Módní přehlídka prvorepublikové sportovní módy
	18.05	Exhibice bojových sportů
	18.20	Předání šeku Nadačnímu fondu západočeských olympioniků
18.30	SLAVNOSTNÍ ZAHÁJENÍ SPORTMANIE PLZEŇ 2018	
19.00	Vystoupení Terezy Maškové – vítězky talentové soutěže	
19.50	Storm Ballet – art dance Afresh Dance Community – street dance a hip hop	
20.15	Hellfire – ohnivá show	
21.00	KONEC SLAVNOSTNÍHO ZAHÁJENÍ	
19. 8. neděle	10.00	MZ Dance Team Plzeň – sportovní tance
	10.30	Taneční škola Dance Nation – disco dance
	11.00	Jumping Krašovská Team
	11.30	Aikido Plzeň
	12.30	Taneční skupina TWIN – street dance a hip hop
	13.00	Vem Camára Capoiara
	13.30	Marta Dancer – Twerkies
	14.00	Storm Ballet – art dance
	14.30	Yaksha Gym – thaibox
	15.00	Jóga v síti s Marií – exhibice
	15.30	Aikido Plzeň
	16.00	Na Stojáka – Karel Hynek, Petr Vydra, Petr Cerha
	17.00	Victoria Talent Academy – art a contemporary
	17.30	Přednáška – Jan Mühlfeit
	18.00	DJ BEAT PARTY
20. 8. pondělí	13.00	Pohybové studio J&A – sport aerobic
	13.30	X-WAY Plzeň – disco dance
	14.00	Victoria Talent Academy – art a contemporary
	14.30	Yaksha Gym – thaibox
	15.00	TS Hely – tanečky pro děti
	15.30	Olga Šípková a David Huf – deepWORK basic
	16.30	Fakultní nemocnice Plzeň – fyzioterapie
	17.00	Jumping Krašovská Team
	17.30	Přednáška – David Huf
	18.00	AE Klub LADY Plzeň
	18.30	DJ BEAT party
	13.00	Roller Gang – kolečkové brusle
	13.30	Anna Burianová – posilovací lekce
	14.00	AVVA – Parkour Academy
	21. 8. úterý pod záštitou ÚMO1	14.30
15.00		Aikido Plzeň
15.30		Marta Dancer – Twerkies
16.00		Taneční skupina TWIN – street dance a hip hop

21. 8. úterý pokrač.	16.30	Pohybové studio J&A – sport aerobic
	17.00	Jumping Krašovská Team
	17.30	Přednáška – Jan Trávníček
	18.00	Autogramiáda – FC Viktoria Plzeň
	18.00	DJ BEAT party
22. 8. středa pod záštitou ÚMO3	13.00	Šachová partie s mistrem
	13.30	Fit Jóga Studio – jóga s Petrou Šroubkovou
	14.30	Yaksha Gym – thaibox
	15.00	Šachová partie s mistrem
	16.00	Autogramiáda – Talent Robstav M.A.T. Plzeň MZ Dance Team Plzeň – sportovní tance
	16.30	Pohybové studio J&A – sport aerobic
	17.00	Jumping Krašovská Team
23. 8. čtvrtek pod záštitou ÚMO4	17.30	Přednáška – Lukáš Roubík
	18.00	AE Klub LADY Plzeň
	18.30	Afrotance
	13.00	Roller Gang – kolečkové brusle
	13.30	Pohybové studio J&A – sport aerobic
	14.00	Jóga v síti s Marií – exhibice
	14.30	Škola bojových umění Narama – kickbox
15.00	GYMNATHLON – hravý sportovní program	
15.30	Taneční škola Dance Nation – disco dance	
24. 8. pátek	Autogramiáda – HC Škoda Plzeň	
	16.00	Unique Plzeň – disco dance
	16.30	Fakultní nemocnice Plzeň – fyzioterapie
	17.00	Jumping Krašovská Team
	17.30	Přednáška – Přemysl Švarc
	18.00	Tanec v Plzni – tančírna
	13.00	GYMNATHLON – hravý sportovní program
13.30	X-WAY Plzeň – disco dance	
14.00	Victoria Talent Academy – art a contemporary	
14.30	Marta Dancer – Twerkies	
15.00	Filip Jankovič – taneční vystoupení na podpatcích	
25. 8. sobota	16.30	Pilsen Queen Tribute band
	17.30	Přednáška – Tomáš Man
	18.00	AE Klub LADY Plzeň
	18.30	DJ BEAT party
	10.00	TS Hely – tanečky pro děti
	10.30	Aikido Plzeň
	11.00	Taneční škola Filip Gregoriádes – společenský soutěžní tanec
	12.00	Clara 4 FIT – zdravá záda
	12.30	DJ BEAT party
	13.00	Aikido Plzeň
	13.30	Afresh Dance Community – street dance a hip hop
	14.00	Taneční škola Dance Nation – disco dance
	14.30	Yaksha Gym – thaibox
	15.00	David Huf – core training
	15.45	TJ Gym dance Plzeň
16.00	Taneční škola B-Original – street dance a hip hop	
17.00	Jumping Krašovská Team	
17.30	Přednáška – Jan Řehula	
18.00	Letní Party běh Plzeň – start závodu	
18.30	Tanec v Plzni	
19.30	Letní Party běh Plzeň – After party s Dj	
26. 8. neděle	10.00	Jumping Krašovská Team
	10.30	Taneční škola Dance Nation – disco dance
	11.00	Taneční škola B-Original – street dance a hip hop
	12.30	Mladá muzika – Made in Krašovská – vystoupení kapel
	17.00	Ukončení Sportmanie Plzeň 2018

Moderátoři: Michal Křížek, Michal Misty, Zbyněk Janiček

Změny programu vyhrazeny

Doprovodný Program Sportmanie Plzeň

Přednáškový stan

19. 8. neděle	Jan Mühlfelt a Kateřina Novotná	Jak vést děti ke štěstí a úspěchu
20. 8. pondělí	David Huf	Koučink jako účinný nástroj moderního trenéra
21. 8. úterý	Jan Trávníček	Osobnostní růst nejen při vrcholovém sportu, motivace sportovce
22. 8. středa	Lukáš Roubík	Moderní pohled na zdravou výživu a diety
23. 8. čtvrtek	Přemysl Švarc	Dotace města Plzně do sportu v roce 2019
24. 8. pátek	Tomáš Man	Jak překonat sám sebe aneb „Pěšky z Mexika do Kanady“
25. 8. sobota	Jan Řehula	Benefity vysokohorské přípravy

Ranní rozcvičky

19. 8. neděle	8:00	Zuzana Hálová ranní jóga	relaxační forma jógy zaměřená na protažení celého těla, plynulé uvolnění svalového napětí
	9:00	Aneta Chodorová kruhový trénink	intervalový silový trénink, za pomoci několika stanovisek se procvičí celé tělo
20. 8. pondělí	7:00	Aneta Chodorová kompenzační cvičení	pomalá lekce zaměřená na kompenzaci přetížených svalů a protažení zkrácených svalů
	8:00	Radek Seman boxerská příprava	kondiční trénink pod vedením Radka Semana (medailista ČR, držitel titulu WTFB) se zaměřením na box s prvky sebeobrany
21. 8. úterý	7:00	Zuzana Hálová jóga srdce	lekce zaměřená na pomalé plynulé protažení celého těla, uvolnění svalového napětí, lekce plná základů
	8:00	Aneta Chodorová intervalový trénink	posilování celého těla v intervalových sekvencích, každá série využívá 4 cviky v několika různých intervalech
22. 8. středa	7:00	Lenka Hajšmanová jógalates	cvičební styl spojující jogu a pilates, zaměřuje se na posílení středu těla, zlepšení stability bederní páteře a dosažení pružného, ale zároveň silného těla
	8:00	Lenka Hajšmanová kondiční trénink	aerobní cvičení zaměřující se na kondiční stránku těla a problémové partie
23. 8. čtvrtek	7:00	Lada Valentová deepWork	lekce bodyart, funkční silový trénink, princip zpevnění a následné uvolnění svalů
	8:00	Lada Valentová portdebras	plynulé sekvence pohybů protáhnou zkrácené svaly, uvolní a zmobilizují páteř a kloubní spojení,lepší koordinaci a práci paží, ovlivní ladnost pohybů
24. 8. pátek	7:00	Markéta Vykoukalová bodybalance	lekce využívající balanční pozice, kompenzační a uvolňovací prvky střídají prvky se silovou zátěží
	8:00	Markéta Vykoukalová bodyforming	posilovací lekce v aerobním a anaerobním pásmu, kdy se postupně procvičí velké svalové skupiny
25. 8. sobota	8:00	Lenka Kubáčová jemná jóga	lekce zaměřená na pomalé plynulé protažení celého těla, vede ke správnému držení těla
	9:00	Barbora Bošková zumba	taneční fitness hodina plná energie, skvělé hudby a dobré nálady, střídají se pomalé a rychlé sklady na principu intervalového tréninku
26. 8. neděle	8:00	Lada Valentová slow toning	cvičení na pomalou hudbu, zaměřené na posílení a protažení celého těla, vychází z prvků pilates, jógy a klasického baletu
	9:00	Aneta Chodorová tabata	intervalový silový trénink vlastní vahou, intervaly jsou 20 vteřin zátěž a 10 vteřin odpočinek

Celodenní aktivity

18. 8. sobota	Aikido Plzeň
19. 8. neděle	Aikido Plzeň
	Jóga v síti s Marií
22. 8. středa	Šachy celé odpoledne
	Socatots - fotbalová mřížata
23. 8. čtvrtek	Jóga v síti
	Socatots - fotbalová mřížata
24. 8. pátek	Socatots - fotbalová mřížata
25. 8. sobota	Aikido Plzeň
	Nerfliga
	Jóga ve vzduchu s Míšou