

## Zpráva o činnosti Sportovního klubu Morava v Rudě nad Moravou v roce 2016.

Oddíly Sportovního klubu Morava i v uplynulém roce pravidelně rozvíjely svou činnost. V Rudě cvičí oddíly stále v tělocvičnách ZŠ Ruda nad Moravou. Navíc oprobíhal i zdravotní tělocvik žen v Hosticích v Obecním domě.

### \* **Pohybové cvičení žákyň**

Pod vedením paní Reichlové a Šíповé si děvčata osvojila základní pohybové znalosti a zúčastnila se skladbou „Pozdrav zemi“ přehlídky RCSPV Šumperk.



### \* **Turistické aktivity**

Členové cykloturistického oddílu společně vyrazili do Písku a Jižních Čech.



První turistickou akcí byl 40.ročník "Putování za Loštickým tvarůžkem".



Poslední společnou akcí roku byl tradiční turistický výšlap Na Háj.



### „Den sportu s RCSPV v Šumperku“

RC společně s SK Morava uskutečnil 30.4. tradiční seminář. 3 bloky pohybových aktivit – Hatha Jóga s Mgr.Jitkou Čulíkovou, Zumba s Petrou Šípovou a na závěr zdravotní cvičení na gymballech s Gabrielou Balšánkovou byly velmi příznivě přijaty nejen ženami z Rudy nad Moravou, ale celého regionu.



Z další činnosti:

- \* Dle zájmů se instruktoři SK Morava účastnili seminářů pořádaných RC Šumperk Krajskou Olomouckou asociací i ČASPV v Praze.

V Rudě nad Moravou dne 31.ledna 2017

Symerská Marie  
předseda SK Morava Ruda nad Mor.