

|               |       |
|---------------|-------|
| MLADŠÍ ŽÁKYNĚ | 439   |
| STARŠÍ ŽÁKYNĚ | 5764  |
| STARŠÍ ŽÁCI   | 0     |
| KADETKY       | 6476  |
| JUNIORKY      | 10605 |
| ŽENY B        | 6207  |
| ŽENY A        | 11    |

# LISTOPAD 2020

## NOVINKA 1

### Kalorická bitva týmů

Sportoviště máme stále zavřené, proto newsletter pro tento měsíc pojmem trochu jinak. Představíme vám novinky, které v klubu vymýšlíme, abychom se i my zapojili do boje proti trudnomyslnosti. První novinkou je naše Kalorická bitva týmů. Už jste někdy viděli soutěž, ve které by se na dálku utkaly mladší žákyně s muži? U nás je možné vše. Máme pro všechny připravenou pikantní bitvu všech našich kategorií, které hrají šestkový volejbal.

#### Pravidla aneb "samostatně, ale v týmu"

1. **CVIČ** a následně zaznamenej počet spálených kalorií pomocí mobilu nebo hodinek
2. **NASDÍLEJ** svůj výsledek hned po cvičení pomocí vyfocené obrazovky na příslušné místo
3. **SLEDUJ** změnu pořadí týmů vždy v 19:00 v neděli zde na webu nebo na FB či instagramu
4. **NENECH VE ŠTYCHU** svůj tým!

Každý člen může do své kategorie přispět jakoukoliv činností v týdnu (běh, posilování doma, chůze, plavání, jízda na kole, jízda na rotopedu atd.) a to kolikrát týdně bude chtít, záleží jen na něm.

#### Nejlepší tým obdrží cenu

Vítězové od nás dostanou nová tréninková trička, na které si budou moct nechat natisknout cokoli dle svého uvážení! Motivace je veliká a první týden ukázal, že to jednotlivé kategorie neberou na lehkou váhu. [Kdo vede najdete v aktuální tabulce u nás na webu www.volejbalck.cz](#).

## Kde mohu bitvu sledovat?

FACEBOOK [VOLEJBAL ČERVENÝ KOSTELEČ](#)

INSTAGRAM [@KOSTELECKYVOLEJBAL](#)

[WWW.VOLEJBALCK.CZ](#)

# KALORICKÁ BITVA TÝMŮ

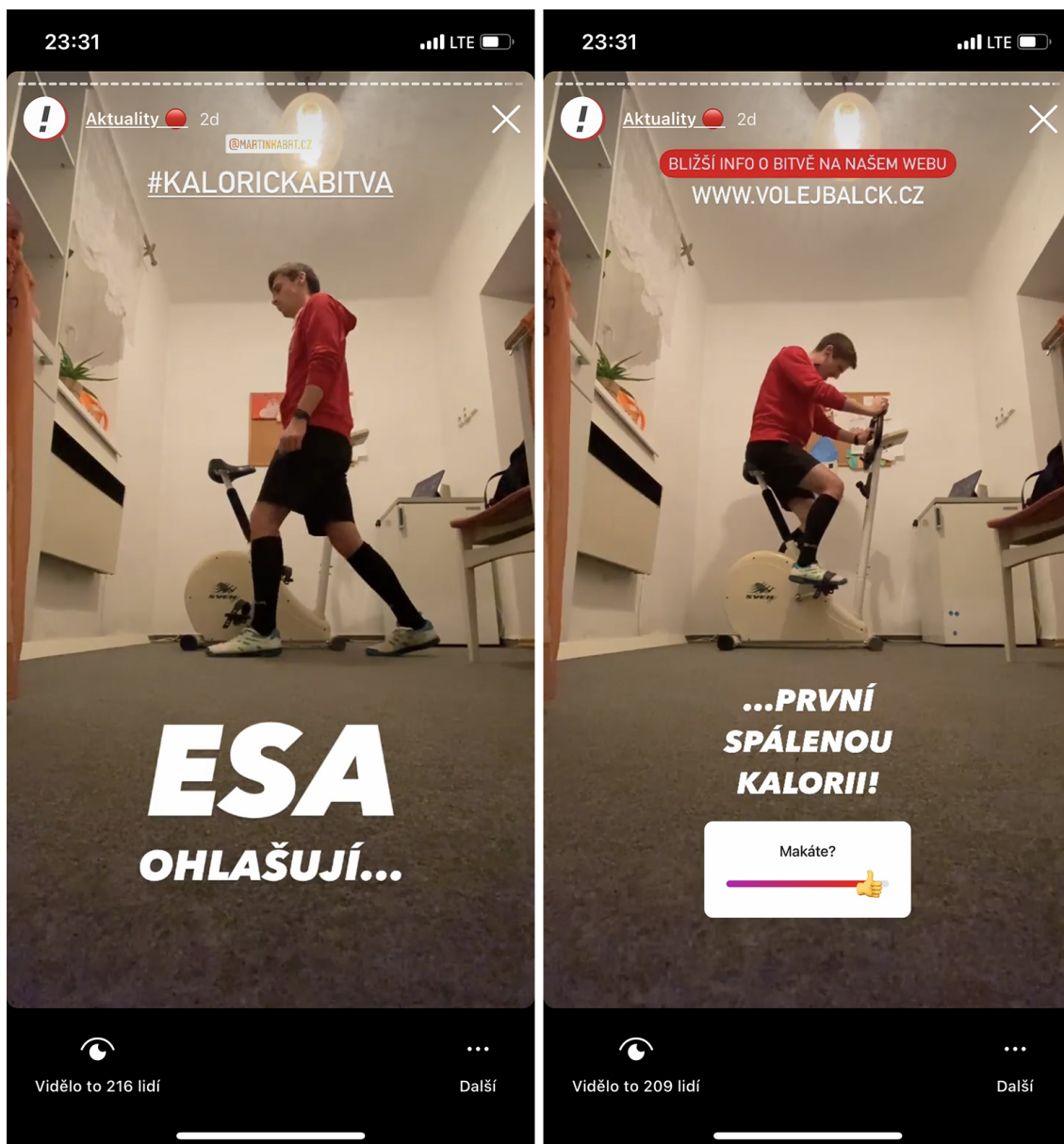
|                 | PRŮBĚŽNÉ POŘADÍ | CELKOVĚ KALORIÍ |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| MLADŠÍ ŽÁKYNĚ   |                 | 1006            |
| STARŠÍ ŽÁKYNĚ   |                 | 13444           |
| STARŠÍ ŽÁCI     |                 | 0               |
| KADETKY         |                 | 13360           |
| JUNIORKY        |                 | 17628           |
| ŽENY B          |                 | 18051           |
| ŽENY A          |                 | 12069           |
| ESA             |                 | 10225           |
| SOBOTNÍ ŘEZNÍCI |                 | 15931           |

**TÝDEN 1**

**9.-15.11.**



*První průběžné výsledky z 15. 11. 2020, máme radost, jak naplno se téměř všechny týmy zapojily!*



## NOVINKA 2

### Kešky pro naše nejmenší

Jelikož je výše zmíněná bitva zaměřená hlavně na šestkový volejbal, nesmíme zapomenout na naše nejmenší v této nešťastné době. Pro minivolejbalisty s rodiči (zapojit se ale může každý) jsme přichystali zbrusu nové dovednostní sportovní úkoly a kešky v Červeném Kostelci a okolí. [Blíže info najdete zde.](#)



*Pro naše nejmenší jsme připravili úplně nové kešky v okolí Kostelce*

## NOVINKA 3

### **Sportlyzer – jdeme s dobou!**

Volejbalový klub se nám neustále rozrůstá, a proto nadešel čas se zase posunout o kousek dál v organizaci klubu. Od tohoto měsíce budeme využívat aplikaci [Sportlyzer](#), který nám umožní evidovat členskou základnu a přihlášky členů, docházku na tréninky a zápasy v elektronické podobě. Sportlyzer tedy slouží i pro snazší a přehlednější komunikaci s naší mládeží. Do aplikace se nám již teď přihlásilo zhruba 100 našich členů, kteří mají veškeré informace o trénincích a zápasech na jednom místě. Díky Sportlyzeru mohou sledovat svůj pokrok nejen děti, ale i jejich rodiče. [Blíží info zde.](#)





*Tajemství vedení sportovních klubů*

## KAPŘI OPĚT BUDOU

### Tradice se má dodržovat

Jako každý rok pro vás máme připravený prodej kaprů v našem areálu za Divadlem J. K. Tyla. Radar a Mrca se na vás opět těší a jako každý rok vás zahřejí nejen svoji přítomností, ale také svařákem a medovinou.

Nově nabízíme ROZVOZ na všechny tři dny (17:00–19:00) do pohodlí vašich domovů! Pro rozvoz objednávejte závazně do 20. 12. na 734 303 776. Rozvoz je zdarma po Červeném Kostelci a okolí (Olešnice, Bohdašín, Zábrodí). Rtně, Horní Radechová, Slavíkov, Pavlišov, Červená Hora a Žernov s příplatkem 10 Kč k objednávce.

[Bližší info najdete našem webu.](#)









# **PRODEJ KAPRŮ**

**NA VOLEJBALOVÝCH KURTECH**

**OD 8.30 DO 17.00**

**PONDĚLÍ 21.12.**

**ÚTERÝ 22.12.**

**STŘEDA 23.12.**

**SVAŘÁK A MEDOVINA**  
**NA ZAHŘÁTÍ SAMOZŘEJMOSTÍ**

## **Newslettery na jednom místě**

Všechna čísla včetně naší brožury najdete zde – [ARCHIV NEWSLETTERŮ](#).

**V listopadu na slyšenou!**

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