

# Venkovní sporty ASC UP

SPORTUJ.UPOL.CZ

UPOL Studenti, zaměstnanci 70 Kč/lekce; VEŘEJNOST 100 Kč/lekce - "AKADEMIK - základní kredit"

Rozvrh ASC UP platný od 23.9. - 3.11.2024 (dle počasí)

## Venkovní sporty

		15.00 - 17.00	17.00 - 18.00	18.00 - 19.00	19.00 - 20.00	20.00 - 21.00	21.00 - 22.00
Pondělí	Loděnice za SH UP, Lazce	15.00 - 16.30 Kanoistika Součková					
Úterý	Trávník u SH UP před kol. E. Rošického - <b>ZDARMA!</b>		16.30 - 18.00 Frisbee Luft				
	Sraz: zast. Řepčín - železárný (autobus 10,12,18,20) v 16.00 h. Koloběžky půjčujeme na místě srazu!		16.30 - 18.00 Koloběžky Fasner				
Čtvrtek	U pomníku B. Němcové, Čechovy sady <b>ZDARMA!</b>		17.00 - 18.30 Lacros Unzeitig				

Změna programu vyhrazena.

Aktualizováno: 16.9.2024

Rezervace lekcí kanoistiky a koloběžek: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení s kreditem (AKADEMIK - základní kredit)

<https://ascup.upol.cz/>

## KURZY ASC UP - SPORTUJ.UPOL.CZ

KURZ - nejprve rezervovat, poté zaplatit (nelze hradit z kreditu)

Rozvrh ASC UP platný od 30.9. - 9.12.2024

## Plavecký stadion Olomouc - KURZY PLAVÁNÍ

		13.00 - 14.00	14.00 - 15.00	15.00 - 18.00	18.00 - 19.00	19.00 - 20.00	20.00 - 21.00	21.00 - 22.00	22.00 - 23.00
Pondělí						Plavání I. Luczka			
Středa						Plavání II. Luczka			

Cena kurzu pro studenty a zam UP: 1150,- Kč (10 lekcí)

Aktualizováno: 16.9.2024

Rezervace kurzu: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení - nejprve zarezervovat, poté zaplatit cenu kurzu

<https://ascup.upol.cz/>

Rozvrh ASC UP platný od 30.9. - 3.11.2024

## Tenisové kurty Hynaisova - KURZY TENISU

		13.00 - 14.00	14.00 - 15.00	15.00 - 16.00		21.00 - 22.00	22.00 - 23.00
Pondělí			14.15 - 15.30 KURZ - Tenis II. mírně pokročilí Vaculík J.				
Čtvrtek		13.00 - 14.15 KURZ Tenis I. začátečníci Novotník	14.15 - 15.30 KURZ - Tenis II. mírně pokročilí Novotník				

Cena kurzu pro studenty a zam UP: 1200,- Kč (12 lekcí)

Aktualizováno: 16.9.2024

Rezervace kurzu: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení - nejprve zarezervovat, poté zaplatit cenu kurzu

<https://ascup.upol.cz/>

**Upozornění: KURZY TENISU - probíhají na tenis.kurtech Hynaisova, od 4.11.2024 ve Sportovní hale UP**

Rozvrh ASC UP platný od 1.10. - 21.11.2024

## Jezdecká stáj Hostkovice - KURZY JEZDECTVÍ

		13.00 - 14.00	14.00 - 15.00	15.00 - 16.00	16.00 - 17.00	18.00 - 20.00	20.00 - 21.00	21.00 - 22.00	22.00 - 23.00
Úterý					15.30 - 17.00 Jezdectví Šindelková				
Čtvrtek					15.30 - 17.00 Jezdectví Šindelková				

Cena kurzu pro studenty a zam UP: 2800,- Kč (8 lekcí)

Aktualizováno: 16.9.2024

Kurz jezdecký probíhá v soukromé stáji v Hostkovicích. Omezení: váha účastníka do 75 kg, pouze pro český mluvící osoby!

<https://sportuj.upol.cz/>

Jezdectví zahrnuje: výuku jízdy na koni - 8 lekcí (tzn. 8x45 min.) a přípravu koně před ježděním (čištění koně, uzdění, sedláni), odstojení koně po ježdění, drobná výpomoc ve stáji (např. místování boxu, přistýlání podestýlky, zametání...) **Autobus: č.346, odjezd 15.00 Olomouc autobusové nádraží, nástupiště č.11**

Rezervace kurzu: [SPORTUJ.UPOL.CZ](https://sportuj.upol.cz) po přihlášení - nejprve zarezervovat, poté zaplatit cenu kurzu

## Připravujeme - KURZ HOROLEZECTVÍ