



XIII. Thökoly sport- és főzőnap 2023.09.23.

Programjaink:

9:00: Megnyitó - köszöntő az alsós udvaron



9:05 – 9:15: Közös bemelegítés után évfolyamonkénti **örömfutás** a salakpályán diákok-szülők-pedagógusok együtt.

A futást egy – egy közös évfolyamfotózás zárja.

Az örömfutás időbeosztása:

9 : 20: 1. évfolyam

9: 25: 2. évfolyam

9:30: 3. évfolyam

9: 35: 4. évfolyam

9: 40: 5. évfolyam

9: 45: 6. évfolyam

9: 50: 7. évfolyam

9:55: 8. évfolyam



VÁLASZTHATÓ PROGRAMOK, BEMUTATÓK 10.15-től tornaterem:

10:00 – 11:00 Sor – és váltóversenyek alsó tagozatosoknak
az alábbi időbeosztásban

10.15-től az 1. évfolyamnak

10.25-től a 2. évfolyamnak

10.35-től a 3. évfolyamnak

10:45 -től a 4. évfolyamnak



alsós udvar:

10:00 – 11:00 fallabda bemutató

bitumenes pályán („nagyudvar”):



10.15 – 10.40: női kislabdadobás

/három dobás, versenyzőnként/

Jelentkezés a helyszínen



Súlydobókör: 10.15 – 10.40 **férfi súlylökés** /három
dobás, versenyzőnként/ Jelentkezés a helyszínen.



alsós udvaron a lépcső előtti részen:

10.15 – 11:00: **Mazsorettesek és akrobatikus
rock and roll** bemutató

Salakpálya: 10.15 – 11.00 **labdarúgás**
/helyben szabadon szerveződő csapatok
között/



SZABADON IGÉNYBE VEHETŐ SPORTOLÁSI LEHETŐSÉGEK

Trambulin a salakpálya mellett

kondipark

Asztalitenisz az aulában

Népi játékok az felsős udvaron



11: 15-től **TOMBOLASORSOLÁS**

12.00-től **EDD MEG, AMIT FŐZTÉL!**

(Az osztályok elfogyasztják a közös
elkészített ebédjüket)



13: 00 óra **Programzárás**