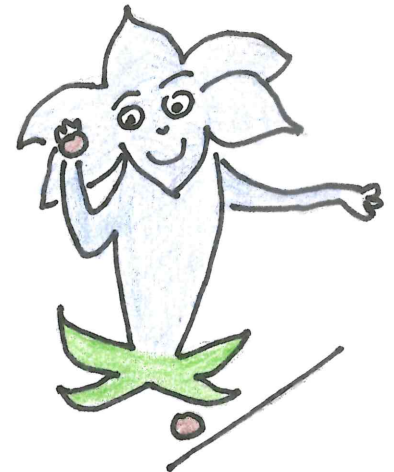




HÁŽENÍ

DOKÁŽEŠ SVOJÍ PŘESNOU MUŠKU?
 DOKÁŽEŠ, ŽE UHÍŠ MÍŘIT A HÁŽET?

CHCEŠ - LI SPLNIT, MUSÍŠ DOKÁZAT :



○ TŘEFIT SE Ž 10 POKUSŮ ALESPON
 7x DO KRUHU O PRŮMĚRU 3 METRY.

VZDÁLENOSTI : NEJMLADŠÍ 10 M
 MLADŠÍ A STARŠÍ 15M
 DOROS A DOSTĚLÍ 20M

○ NAHÁŽET DO KŮBLE ZE VZDÁLENOSTI 2 METRŮ ALESPON
 15 MÍČKŮ Z 20-TI HODŮ.

○ HODIT MÍČKEM	KLUCI	NŽ 15M	DOLKY	NŽ 12M
		MŽ 20M		MŽ 17M
		SŽ 23M		SŽ 20M
		D 30M		D 25M
		M 35M		Ž 30M

○ PŘES PŘOVAŽ VE VÝŠI +0,5M NAD NATAŽENÉ RUCE,
 PŘEHODIT A CHYTIT MÍČEK 5x ZA SEBOU.

