

Rektorský sportovní den- Posilovna SCUk

Vedoucí: Marek PAULÍK (MFF)

V rámci rektorského sportovního dne využilo možnost přijít si zacvičit a vyzkoušet i netradiční formy posilování celkem 15 studentů (MFF, 1 a 2LF, FTVS, PŘ. F).

Program byl rozdělen do dvou částí. V první části proběhla ukázková hodina zaměřená na posilování celého těla formou TRX. Ve druhé části následovalo volné posilování s možností individuální konzultace studentů.

Dopolední blok proběhl bez komplikací či zranění.