

JOGGING

UTS
ZČU

ZKRATKA: UTS/JO

VÝUKA: ZS/LS - 2 HOD/TÝDEN

GARANT: MGR. ONDŘEJ VODRÁŽKA

VYUČUJÍCÍ: MGR. ONDŘEJ VODRÁŽKA

ZAKONČENÍ: ZÁPOČET, 1 KREDIT

PŘEDMĚT - CÍLE:

CÍLEM PŘEDMĚTU JE SEZNÁMIT STUDENTY S BĚHEM JAKO SE ZÁKLADNÍM LIDSKÝM POHYBEM. UKÁZAT, ŽE BĚH NENÍ JEN SPORTOVNĚ VÝKONNOSTNÍ NEBO VRCHOLOVÁ ZÁLEŽITOST, ALE ŽE JE TO TAKÉ FORMA ODPOČINKU A RELAXU.



WWW.UTS.ZCU.CZ



ÚSTAV TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU ZČU V PLZNI



@UTS.ZCU