



**BADMINTONOVÝ ODDÍL SK PODOLÍ
POŘÁDÁ 3. LETNÍ 6-TI DENNÍ
TRENINKOVÝ KEMP V PODOLÍ U
BRNA.**

Termín:

19.8. – 24.8. 2013, pondělí - sobota

Místo: Sportovní hala v Podolí u Brna

Cena: 2700,- Kč

Cena zahrnuje : stravování, pitný režim, pronájem haly, míčky a odměny trenérům a zdravotníkovi a malá pozornost.

Stravování: Zajištěné dopolední i odpolední svačinky , obědy podávané přímo v hale, případně v blízké restauraci, pitný režim zajištěn (minerálky, čaj).

Míče: Zajišťuje pořadatel

Program: 70 % badmintonové přípravy (základní postavení hráče, úderová technika, nácvik pohybu po kurtu, nácvik herních kombinací, speciální úderová technika, taktika hry) , 30% kondiční přípravy, regenerace a součástí bude i proškolení z pravidel badmintonu, část kondiční přípravy bude mimo tělocvičnu na hřištích. Podrobný program bude účastníkům zaslán do 30.6.2013.

Hráči budou rozděleni do skupin podle výkonnosti.

Denně se bude zahajovat v 8³⁰ hod.

Tréninky budou rozděleny do čtyř denních tréninkových jednotek.

Dvou dopoledních: 8⁴⁵- 10⁰⁰ a 10³⁰- 11⁴⁵ hod

Přestávka na oběd a odpočinek: 12⁰⁰- 14⁰⁰ hod

Dvou odpoledních : 14⁰⁰- 15⁰⁰ a 15³⁰- 16⁴⁵ hod

Od 16⁴⁵ až 17⁰⁰ hod odpočinek a shrnutí tréninkového dne do 17²⁰ osobní hygiena

a v 17³⁰ hod ukončení tréninkového dne.

Ve středu bude odpoledne volno. V sobotu bude pro účastníky a rodiče uspořádán turnaj.

Kapacita : 36 účastníků – min. počet účastníků 20 (pro případné zájemce zajistíme i noclehy)

Tréninkový kemp je zaměřen na žáky a mladší dorostence (cca ročníky 2003 – 1996)

K dispozici hala 6 kurtů. max. 36 hráčů.

Požadované vybavení: Badmintonové vybavení, švihadlo, sportovní oblečení do haly a mimo halu, plavky dle počasí, hygienické potřeby. Dále průkaz pojištěnce (nebo jeho kopii). Potvrzení o zdravotním stavu dítěte a o bezinfekčnosti. Případně badmintonové rakety zapůjčíme.

Lektoři: Kvalifikovaní trenéři badmintonu s licenci 2.a 3. Třídy, a bývalí 1.ligoví hráči: Miroslav Frodl, Miroslav Košíček a trenéři mládeže nebo aktivní hráči z našeho oddílu, speciální pohybové prvky, aerobik - Markéta Šabatová.

Platba: a) celá částka na účet nebo složenkou na níže uvedenou adresu a nebo v hotovosti na běžných treninkových hodinách. Záloha do 30.4.2013 - účet č. : 5419218001/5500
b) záloha 1600,- Kč na účet doplatek v hotovosti při nástupu na camp

Závazné přihlášky posílejte na adresu: Ing. Miroslav Frodl, Trnkova 118, 628 00 Brno – Líšeň a to nejpozději do 31.3.2012 spolu s min. zálohovou platbou.

Přihlášky předejte osobně a nebo na email:

badecpodolijunior@seznam.cz

fminzenyring@seznam.cz

Storno: 40 dnů před zahájením 40%, 20 dnů před zahájením 50%, 10 a méně dnů před zahájením 90% z ceny. Při zajištění náhradníka vracíme celou provedenou platbu.

V ceně není zahrnuto úrazové pojištění a pojištění odpovědnosti za škodu – doporučujeme provést individuálně.

Prosím, nahlaste obratem zájem, závazné rezervace musí být učiněna do 20.4.2013

O nás: www.badecpodoli-junior.cz

Trenér oddílu a vedoucí kempu

Ing. Miroslav Frodl



www.victorsport.cz



Brno - Líšeň



Podolí u Brna