

^{TEAM} **Kids** **CZECHMAN**

ZIMNÍ SPORTOVNÍ KEMP PRO DĚTI

**biatlonový areál Břízky
Jablonec nad Nisou**

**naučíme a zdokonalíme
vás na běžkách**

**SPOUSTA NETRADIČNÍCH
HER NA LYŽÍCH**

**UBYTOVÁNÍ PŘÍMO
NA TRATÍCH**

VIDEO-ROZBOR TECHNIKY

**25M BAZÉN - UKÁZKOVÝ PLAVECKÝ TRÉNINK
NATOČENÍ A VIDEO-ROZBOR**

21.-23. února 2014

1490,- Kč

TEL.: +420 724 574 509

e-mail: czech.kt@gmail.com

www.czechmankidsteam.tode.cz



PROPOZICE KEMPU

- PRO Koho:** DĚTI OD 8 DO 15-TI LET
Pořádá: **CZECHTRI K. TEAM PARDUBICE**
JAN TAUFER A PETR JANDERA
+420 724 574 509 NEBO +420 777 261 266
CZECH.KT@gmail.com, WWW.CZECHMANKIDSTEAM.TODAY.CZ
- Termín:** 21.-23. ÚNORA 2014
Místo: BIATLONOVÝ AREÁL BŘÍZKY, JABLONEC NAD NISOU
Kapacita: POČET OMEZEN NA MAX. 12 MÍST (MIN. POČET 6)
Cena: 1490,- Kč PRO ŠIROKOU VEŘEJNOST
1190,- Kč PRO ČLENY CZECHTRI K. TEAM
(MOŽNO VYUŽÍT DOHODNUTÝCH SLEV PROGRAMU TRIATLON DĚTI)
PLATBA NA ÚČET: 2400505737/2010, FIO BANKA a.s.
(DO 14.2.2014, POTÉ PLUS 300,- Kč, STORNO: OD 17.2. 50%, OD 20.2. 100%)
- PŘIHLÁŠKY:** POUZE NA E-MAIL(!)
 - JMÉNO A PŘÍJMENÍ, DAT. NAROZENÍ, ADRESA, TEL. KONTAKT
 - PLAVECKÁ ZDATNOST (NEPLAVU KRAUL, PLAVU KRAUL, PLAVU VŠE, PLAVU ZÁVODNĚ)
 - BĚŽKAŘSKÁ ZDATNOST (JEŠTĚ NIKDY, ZKOUŠEL JSEM, BĚHÁM OBČAS, BĚHÁM ČASTO/ZÁVODNĚ)
- Program:** **PÁTEK**
15:00 ODJEZD Z PARDUBIC , HL. NÁDRAŽÍ
18:30 PŘÍJEZD DO JABLONCE
19:00 UBYTOVÁNÍ, VEČEŘE
PRO ZÁJEMCE BĚŽKY (OSVĚTLENÉ, ZASNĚŽOVANÉ TRATĚ)
SOBOTA
8:00 SNÍDANĚ
8:30 ROZCVIČKA, PŘÍPRAVA LYŽÍ, ROZDĚLENÍ DO DRUŽSTEV
NÁCVIK ZÁKLADNÍCH DOVEDNOSTÍ TECHNIKY BRUSLENÍ
(ODRAZ, SKLUZ, PRÁCE PAŽÍ, JEDNO- A DVOU-DOBÝ BĚH, ...)
12:00 OBĚD
13:00 NÁCVIK ZÁKLADNÍCH DOVEDNOSTÍ TECHNIKY BRUSLENÍ
(ODRAZ, SKLUZ, PRÁCE PAŽÍ, JEDNO- A DVOU-DOBÝ BĚH, ...)
HRY NA LYŽÍCH
(ŠTAFETY, FOTBAL, HÁZENÁ, TENISÁKY, ...)
NATÁČENÍ PRO VIDEO-ROZBOR
17:00 PLAVECKÝ TRÉNINK
NATÁČENÍ PRO VIDEO-ROZBOR
19:00 VEČEŘE
NEDĚLE
8:00 SNÍDANĚ
8:30 ROZCVIČKA, PŘÍPRAVA LYŽÍ
NÁCVIK ZÁVODŮ TECHNIKOU BRUSLENÍ
(START, PŘEDJÍŽDĚNÍ, ODŠLAPOVÁNÍ...)
ZÁVOD
HRY NA LYŽÍCH
13:00 OBĚD
VIDEO-ROZBOR PLAVECKÉ A BĚŽKAŘSKÉ TECHNIKY
VYHLÁŠENÍ VÍTEZŮ ZÁVODŮ
15:00 ODJEZD Z JABLONCE
19:00 PŘÍJEZD DO PARDUBIC
- POZN. Č. 1:** PO DOHODĚ LZE ZAJISTIT PŮJČENÍ BĚŽEK, HOLÍ A BOT.
POZN. Č. 2: AREÁL JE ZASNĚŽOVANÝ A OSVĚTLENÝ. NIEMÉNĚ, PŘI EXTRÉMNĚ NEVHODNÝCH PODMÍNKÁCH - BĚH.
- S SEBOU:** OBLEČENÍ DO CHATY, VČETNĚ PŘEZÚVEK
TOILETNÍ A OSOBNÍ POTŘEBY
OBLEČENÍ NA BĚŽKY (NE SJEZDOVKY)
BĚŽKY, HOLE, BOTY
TEPLÉ OBLEČENÍ A OBUV PRO PŘESUNY VENKU
VĚCI NA PLAVÁNÍ (PLAVKY, BREJLIČKY, TAPKY, ATD.)
VŠE V JEDNOM ZAVAZADLE (IDEÁLNÍ BATOH)
KARTIČKU ZDRAV. POJIŠTOVNY