

VOLLEYBALL SKILLS CAMP 14.–19. 7. 2024

ZAHÁJENÍ A UKONČENÍ:

Kemp zahajujeme v neděli odpoledne po 16. hodině v Dobrušce v areálu sokolovny, konec bude tamtéž v pátek po 13. hodině. Kemp je určen pro děti narozené 2009-2012, které již mají zvládnuté základní HČJ, tzn. nejsou to již začátečníci (mají za sebou 2-3 roky tréninků). Kemp je organizován Volejbalovým centrem nad Metují a zastřešuje ho Lenka Fabikovičová, trenérka metodického úseku ČVS. Pro další informace případně zavolejte na **603 863 891**.

INFORMACE / průběžně zveřejňujeme (vč. přihlášených) na WEBu www.volejbal-nm.cz.

PŘIHLÁŠKY DO 30. 5. 2024 / elektronicky v odkazu <https://forms.gle/EVZfEsicUv6hgEkHA>

UBYTOVÁNÍ A STRAVOVÁNÍ:

Je zajištěno v chatkách na postelích po 4 osobách. Stravování proběhne formou „plné penze“ s celodenním pitným režimem. Zahajujeme v neděli večer a končíme v pátek obědem. Případné buchtodary neodmítáme, ale nahlaste nám je 😊.



POVINNÉ VYBAVENÍ:

Osobní věci dle úvahy (hygienické potřeby, polštářek, ...), šortky, sluneční brýle, kšiltovku, repelent, opalovací krém, baterku, kuličky a provázek, mikinu, pláštěnku, sportovní obuv do haly a jinou na ven, pantofle na ven (sandále), karimatku, tréninková trika (alespoň 5 ks), teplejší věci, ručníky (2ks), plavky, šátek, chrániče, láhev na nápoje (0,75l) a alespoň jednu obálku s nalepenou známkou.

Za cenné věci (šperky, mobily, ...) si zodpovídá každý sám, **doporučujeme je nebrat**.

CENA – uhradte do 10 dnů od registrace, NEJPOZDĚJI DO 15. 6. 2024:

Cena: **5300 Kč** Účet č.: **2500413337 / 2010**
V.symbol: **20240714** S.symbol: **rrrrmdd** (tvar data narození dítěte)
Poznámka: **Skills camp + Příjmení Jméno dítěte**



Skills camp 2024

Vrácení peněz po 16.6. (i z důvodu nemoci) už nebude možné. Součástí ceny je strava i pitný režim, trenérská činnost, pronájem tréninkových prostor, metodická videa a večerní program.

SCHÉMA DENNÍCH ČINNOSTÍ:

Náplň tréninkových jednotek bude tvořena i podle herních postů, důraz bude kladen na technicko-herní volejbalovou přípravu i zdokonalování činností jednotlivce, na pohybové řetězce, cvičení s vlastní vahou těla a kompenzace, obratnostní přípravu, hry, video rozbor, diskuze ...

VEDOUCÍ A LEKTOŘI SOUSTŘEDĚNÍ:

Lenka Fabikovičová, Jan Sonnek, Roman Ptáček a tým trenérů | WWW.VOLEJBAL-NM.CZ



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

mmm
nové město nad metují

Dobruška