

# **R/S/L SUMMER CAMP**

since 1928 český krumlov (9.-15.8.2015) **2**

**Vážení badmintonisté,** již tradičně Vás zveme do Českého Krumlova na badmintonový camp. Jedná se o týdenní intenzivní přípravu s třífázovým tréninkem v celkovém rozsahu 6 hodin denně. Trénink bude probíhat převážně v tělocvičně a bude zaměřený na rozvoj všech badmintonových dovedností. Je určen věkovým kategoriím U13 a U15. Lze ovšem projednat i výjimky. Program a náplň začneme zpracovávat po uzavření přihlášek a to s ohledem na přihlášené hráče a jejich potřeby a představy. Rádi uvítáme Vaše návrhy a náměty, které rádi zapracujeme do našeho plánu. V částech, kdy budeme venku na atletické dráze, budeme pracovat na rozvoji rychlosti, síly a výbušnosti. Budeme Vám předávat také informace o taktické přípravě, životosprávě a regeneraci. Během týdne budeme využívat sportovní halu s pěti badmintonovými mobilními hřišti, víceúčelové tartanové hřiště a plavecký bazén. Ubytování budete v ubytovně Sportovní haly, která splňuje všechny potřeby pro tyto sportovní aktivity. Pro všechny z Vás máme připravený dárek a tradiční překvapení.

Výhodou campu je možnost maximálně se věnovat svému oblíbenému sportu a odvézt si co možná nejvíce nových prvků a cvičení do vlastního tréninku. Ze strany účastníků očekáváme maximální spolupráci a na oplátku jsme připraveni odvést vše ze svého umění. Při nástupu je nutné prokázat vyhovující zdravotní stav (prohlášení zákonného zástupce).

## ***Hlavní trenér:***



**Radek Votava**

## **Radek Votava**

### **zkušený trenér mládeže i dospělých:**

- člen klubu SK Badminton Český Krumlov od šesti let. Jako hráč prošel všemi kategoriemi a v žákovském i juniorském věku pravidelně startoval na celostátních turnajích. Ve 22 letech se začal věnovat trénování. V klubu trénuje na všech úrovních od přípravek až po dospělé, od krajské úrovně až po mezinárodní.
- II. trenérská třída
- asistent a hlavní trenér juniorské reprezentace České republiky v letech 1999 – 2007 a 2013 - 2014
- člen TMK (Trenérsko-metodické komise) ČBaS – od roku 1999
- hlavní trenér SK Badminton Český Krumlov
- hlavní trenér RSC Jižní Čechy
- trenér P. Floriána, L. Černé, J. Janáčka, M. Benešové, H. Milisové, S. Kohoutka, S. Milové, T. Švejdy a mnoha dalších reprezentantů a medailistů z MČR.
- Vítěz ankety ČBaS „Trenér roku ČR“ 2006, 2007, 2008, 2012, 2014

### **trenérské semináře a pobyty:**

- 2000 – badmintonový kurz pořádaný při MSJ v Číně
- 2008, 2006, 2002 – vždy měsíční stáž v Indii pod vedením reprezentačního trenéra juniorů Indie pana Surindera MAHAJANA
- 2006 – seminář na FTVS UK: Koučink ve sportu – Psychologie koučování
- 2007 – trenérský seminář při MSJ na Novém Zélandu
- 2011 – desetidenní trenérský pobyt v dánském klubu OBK Odense
- 1999 – současnost – více než 200 mezinárodních turnajů mládeže, juniorů a dospělých s přímým koučinkem hráčů a hráček

**Termín:** 9. – 15. 8. 2015

**Místo:** Sportovní hala, Chvalšinská 111, Český Krumlov

**Míče:** Vlastní – péřové. Pořadatel dodá prvních 10 tub péřových míčů.  
Na místě je možnost zakoupit míče a další věci značky RSL.

**Cena:** **4200,- Kč** ..... *v ceně je zahrnuto:*

- ubytování na 6 nocí včetně internetu zdarma (WIFI)
- polopenze (snídaně a oběd) a pitný režim
- trénink cca 30 hodin v hale a další tréninky na atletické dráze a v bazénu
- kompletní trenérský servis (2-4 trenéři) a stálá péče po celou dobu kempu
- vyhodnocení každého účastníka (rozhovor během kempu, písemné vyhodnocení)
- malý dárek pro každého účastníka

**Stornopoplatky:**

- do 31 dnů (včetně) před nástupem zaplatí účastník náhradu ve výši 300,- Kč
  - od 30 do 15 dnů (včetně) před nástupem zaplatí účastník náhradu ve výši 33% z celkové ceny
  - od 14 do 5 dnů (včetně) před nástupem zaplatí účastník náhradu ve výši 66% z celkové ceny
  - v době kratší než 5 dnů před nástupem zaplatí účastník náhradu ve výši 90% z celkové ceny
- Stornovací poplatky se neplatí v případě, že za sebe účastník zajistí náhradu.

**Závazné přihlášky:**

Zasílejte na **příloženém formuláři** nejpozději do 25. června 2015 prostřednictvím e-mailu na adresu: [radek.votava@mybox.cz](mailto:radek.votava@mybox.cz) . Případně poštou na adresu SK Badminton Český Krumlov, Chvalšinská 111, 381 01 Český Krumlov.

  
MĚSTO  
ČESKÝ KRUMLOV

  
Pro badminton **TO** nejlepší  
[www.dufeksport.eu](http://www.dufeksport.eu)



KOUZELNÉ  
BYLINKY



 Balcar.

KOMAT



# PARTNEŘI

## SK Badminton Český Krumlov



Půjčovna kánoí a raftů na Vltavě

Povltavská

Pizza  
SERVIS  
608 860 111

JEDNOTA  
MULŽOVSKÝ SPORTELEK V KAPLOVÉ

coop  
SKUPINA COOP



Prefa  
HUBENOV s.r.o.



UNIPEX  
VELO a SKI SERVIS

ČESKOKRUMLOVSKÝ  
deník

Region

Ubytování  
u Achilla

alsign