

PROPOZICE

na letní klubové badmintonové soustředění 2020 (pro hráče SK Badminton Český Krumlov)

Termín: 23. 8. - 29. 8. 2020
Místo: Sportovní hala v Českém Krumlově, Chvalšinská 111
Trenéři: Jiří Frenzl, Radek Votava, Pavel Maňásek a starší hráči našeho klubu

Program:

23. 8. (neděle)	14:30 – nástup 15:00 – 17:30 – trénink – testování 18:00 – zahájení sezóny
24. 8. – 28. 8. (pondělí - pátek)	9:00 – 11:30 – trénink 11:45 – 13:30 – oběd a přestávka na hale 13:30 – 16:00 – trénink
29. 8. (sobota)	9:00 – 11:30 – trénink 11:45 – oběd a ukončení soustředění

Náplň:

Pro většinu účastníků to budou první badmintonové tréninky po letní přestávce, a tak náplní bude pozvolná příprava na novou sezonu. U hráčů a hráček, kteří budou trénovat i přes léto, trénink přizpůsobíme. Tréninky se budou střídát v pravidelném rytmu v hale a venku. K regeneraci budeme využívat plavecký bazén. Přestávka bude vyplněna sledováním DVD, hrami, ...

S sebou:

Vybavení na badmintonový trénink a trénink venku (dostatek triček na den, boty do haly i na ven, teplákovou soupravu, ...), dále věci do bazénu včetně základních hygienických pomůcek (mýdlo, ručník, ...), švihadlo, čepici – šátek a být v dobrém zdravotním stavu. Čestné prohlášení o způsobilém zdravotním stavu předají účastníci při zahájení soustředění společně se zaplacením účastnického poplatku.

Účastnický poplatek: 500,- Kč
V ceně je 6x oběd, tělocvična, trenéři, míče, regenerace, překvapení.

***Vyplněnou přihlášku odevzdejte nejpozději do 31. července 2020 trenérům
nebo ji pošlete emailem na radek.votava@mybox.cz***

Radek Votava – předseda klubu



Partneři SK Badminton Český Krumlov



ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA (nejpozději do 31. 7. 2020)
(pro hráče SK Badminton Český Krumlov)

Přihlašujeme svého syna/dceru závazně na badmintonové soustředění konané v Českém Krumlově ve dnech 23. 8. - 29. 8. 2020 a souhlasíme s úhradou účastnického poplatku 500,- a dalšími podmínkami. Poplatek uhradíme 23. 8. 2020 při nástupu.

Jméno: _____ Příjmení: _____

Datum: _____

Podpis zákonného zástupce: _____

----- zde odstříhnout -----

Prohlášení o zdravotní způsobilosti (při nástupu):

Prohlašuji, že můj syn / dcera: _____, nemá žádné závažné či jiné zdravotní problémy, které by mu zabraňovaly v plnohodnotném absolvování klubového soustředění konaného v Českém Krumlově od 23. 8. - 29. 8. 2020 a které by ho/ji mohly jakýmkoliv způsobem ohrozit. U mého dítěte se projevují následující chronické problémy (alergie, astma, ...):

* a dlouhodobě užívá následující léky: *

Prohlášení odevzdáme 23. 8. 2020 při nástupu.

V dne

Podpis zákonného zástupce:

* vyplňte pouze, je-li nutné