

Letní badmintonové soustředění

Termín: 21.8.- 27.8.2011

Místo: Hořovice

Cena: cca 4000 Kč (záleží na konečném počtu zájemců)
V ceně je: kompletní zabezpečení tréninků, ubytování (internát), jídlo 3 x denně (školní jídelna), pití do tělocvičny, popř. možnost vstupu do bazénu

Termín přihlášek: do konce března!!
(do konce školního roku se bude pravděpodobně vybírat záloha)

Doprava : vlastní, popř. hromadně z Prahy vlakem

Soustředění bude probíhat s oddílem Sokol Meteor Praha Radotín -
výborné personální zajištění (trenéři, zdravotník apod.), mnohaleté zkušenosti s letními soustředěními v této krásné lokalitě, vhodné tréninkové podmínky (tělocvična se 4 kurty, atletický stadion, venkovní sportovní hřiště, aquapark)

Předběžný seznam doporučených věcí

(které oddíl uveřejnil pro soustředění v minulém roce):

kartička zdravotního pojištění!!! /stačí kopie/, kdo bere léky nebo má jiné zdravotní problémy – nutné písemné upozornění od rodičů !!, badmintonová raketa, švihadlo – NUTNÉ, plavky, sportovní oblečení a obuv na trénink v hale, sportovní oblečení a obuv na trénink venku, kapesné, hygienické potřeby, notýsek a propiska

Předpokládaný denní program (tak, jak zde probíhal v minulých letech):

- po budíčku ranní běh a rozcvička (po obědě polední klid)
- 3h trénink dopoledne a 3h odpoledne (vždy 1,5h v tělocvičně, 1,5h venku – jiné sportovní hry, atletika, soutěže, bazén apod.)
- poslední den soustředění se pravděpodobně uskuteční závěrečný turnaj s rodiči jako diváky

Dotazy na: Lucie Staňková, 777 695 349; průběžné aktuální info na www.badminton-benesov.cz

